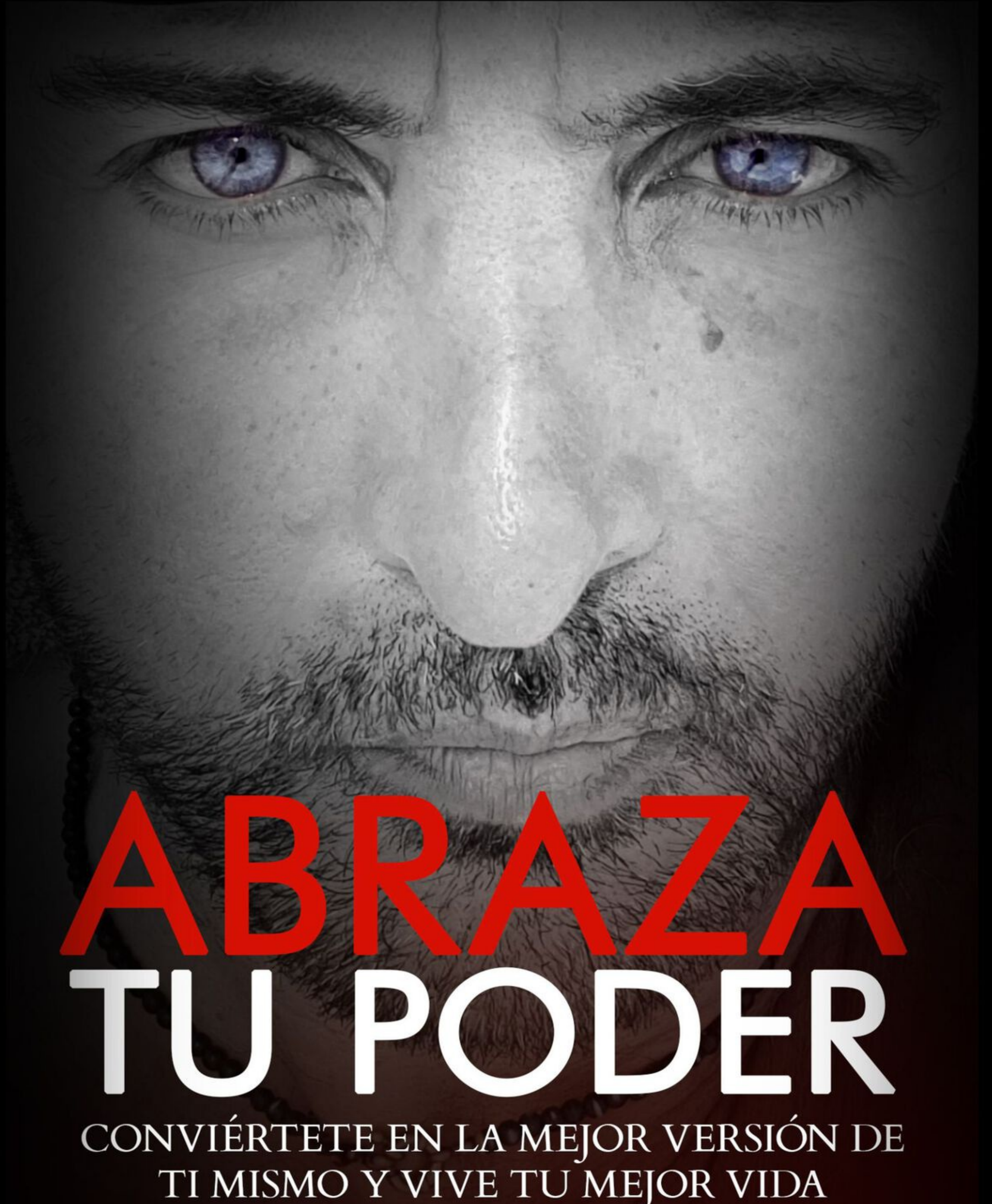


ABRAZA TU PODER

CONVIÉRTETE EN LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO Y VIVE TU MEJOR VIDA

DAVID DE ANGELIS

ABRAZA TU PODER

CONVIÉRTETE EN LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO

Y VIVE TU MEJOR VIDA

DAVID DE ANGELIS

El hombre cuyo poder de visión interior trasciende los estímulos constantemente distractores del mundo exterior ha tomado las riendas de su vida, es verdaderamente dueño de su destino.

Sólo quien conoce su esclavitud puede aspirar a ser libre.

Uell S. Andersen (La magia en tu mente)

Sueña sueños elevados y, a medida que sueñes, llegarás a ser. Tu Visión es la promesa de lo que algún día serás: tu Ideal es la profecía de lo que acabarás revelando.

James Allen

"La elección es tuya. Tienes dentro de ti la Fuerza contra la que el mundo entero es impotente. Usándola, puedes hacer de la vida y de tu entorno lo que quieras".

Robert Collier (El secreto del poder)

Ser lo que somos y llegar a ser lo que somos capaces de ser es el único objetivo de la vida.

Robert Louis Stevenson

Ser uno mismo en un mundo que intenta conformarse es el mayor de los logros.

Osho

El verdadero éxito sólo lo alcanzan quienes se han atrevido a romper la regla, las normas de la normalidad, y seguir su propio camino. Siguiendo las huellas dejadas por otros, el hombre está condenado a perseguir eternamente un sol poniente.

Vadim Zeland

Índice

Introducción: este libro le resultará difícil

Este libro será duro para ti. Lo escribí específicamente para que lo fuera y te echara en cara cuál es la realidad en la que probablemente estás viviendo y, en la que no te sientes feliz y realizado. Probablemente tienes un trabajo que no te encanta, sólo para asegurarte de pagar el alquiler, las facturas y tus caprichos de fin de semana. Tal vez tengas un sueño (o dos) en el cajón, pero cada vez que abres ese cajón se te aprieta el corazón porque sientes que, tal vez, seguirán siendo sueños no realizados.

Este libro quiere arrojarte la realidad a la cara, y despertarte del estado de letargo y resignación en el que probablemente te encuentres ahora.

Algunas de las cosas que leas serán quizá un desafío para tu mente y probablemente te dolerán un poco. Pero no estoy aquí para acariciarte el pelo, sino para hacerte mirar en una dirección concreta: la dirección en la que quiero llevarte mientras lees este libro es la del Despertar, la de Tu Despertar. Despertar de una vida monótona y uniformada. Uniformada a los estereotipos sociales que sutil pero fuertemente te mantienen en el estado de frustración y, probablemente, insatisfacción en el que ahora te encuentras.
Voy a arrojar luz sobre estas trampas sociales en las que estás sumido ahora, e inspirarte hacia una vida más consciente y centrada. El camino a seguir es cambiarte a TI en lo más profundo de tu ser, porque todo, realmente TODO empieza ahí. Como aprenderás en este libro, que podría llamar el manual de Tu Libertad y Realización, el mapa hacia tu mejor versión y, en consecuencia, tu mejor vida:

CADA CAMBIO EXTERIOR REFLEJA TU CAMBIO INTERIOR.

Aprenderás que TODO ES CONCIENCIA. Tu vida, tus relaciones, tus amistades, tu bienestar financiero y tu nivel de realización personal son todos reflejos del Programa Interior, el "software" que dirige cada paso y cada pensamiento, en este "JUEGO" llamado "vida".

La mejor versión de ti mismo te espera en un futuro probable, al igual que tu mejor vida. Por "mejor vida" me refiero a una vida rica y vivida sabiendo quién eres realmente, y no solo un nombre, un apellido y un número de identificación fiscal.

No estás aquí para alimentar "El Sistema", estás aquí para descubrirte y crearte a ti mismo a través de experiencias que te hagan no sólo crecer, sino también disfrutar de las cosas bellas del mundo. Estas cosas no son sólo materiales, como tener una casa bonita, un coche bonito o cenar en sitios caros. Por cosas bellas del mundo me refiero a aquellas cosas que no se pueden comprar de ninguna manera, sino que sólo se ganan a través de un camino de crecimiento interior que va a afectar al software de tu Conciencia, porque eso es lo que te dirige a ti, a tu vida y a las cosas "exteriores".

El amor, la amistad verdadera, la salud radiante, la libertad de hacer y ser lo que uno quiera, todos los días y sin el estrés del horario, son sólo algunas de las cosas verdaderas que no tienen precio y que no se pueden comprar con dinero, sino sólo con Visión y Enfoque Personal.

Deja que este libro te inspire para encontrar una luz en tu vida. Una luz que te guíe y te

acompañe hacia tu mejor versión y tu mejor vida.

Déjame acompañarte en este viaje.
Sígueme, prometo no defraudarte.
Así que... vamos...

PRIMERA PARTE

PENSAR

TÚ eres más de lo que imaginas que eres ahora

Sea cual sea la idea que tengas de ti mismo en este momento, eres MUCHO más.

Quizá naciste en una familia desfavorecida, pobre y con pocos recursos. Quizá naciste en un país que ofrece pocas oportunidades. Eres mucho más que la condición de tu familia y el lugar donde naciste.
Dentro de ti hay una semilla potencial de crecimiento y plenitud que espera ser nutrida cada día para crecer y florecer.
No te conformes con lo que ves a tu alrededor, la cama en la que te levantas (si tienes una) o la comida que comes actualmente. No importa en qué condiciones te encuentres hoy, tu grandeza potencial reside dentro de ti y nadie puede arrebatártela. Confía en ella y sabe que, con la atención y la energía adecuadas, algún día saldrá a la luz. Igual que una pequeña bellota encierra el potencial de un gran roble, así eres tú ahora mismo. La bellota no se conforma con vivir y morir como una bellota: acepta su potencial y confía en él.

La vida es un camino de crecimiento y evolución, y dentro de cada ser se esconde este gran Potencial que sólo espera salir a la luz. Ten fe en él, cultívalo cada día, como si fuera una pequeña flor en medio de los vientos de las distracciones de la vida. Cultívalo con tu atención cada día y con la fe del agricultor. Un día te llevará a lugares que nunca habrías imaginado al principio, cuando dudabas y te sentías frustrado por tu condición inicial.

La vida necesita personas como tú, que confíen en la fuerza de la vida misma. Esa fuerza infinita que hace girar la tierra, alimenta los océanos y hace girar las estrellas, como un reloj perfecto.
Cree en ti mismo y haz de tu vida una pequeña gran obra maestra.
Algún día serás recompensado en función de lo imaginativo que hayas sido a la hora de imaginar la mejor versión de ti mismo y de tu vida. No te conformes con ser una bellota y pudrirte en el suelo. Abraza tu Visión más grande e intenta estirar tu mente hacia cosas y objetivos cada vez más grandes.
Da pequeños pasos, no temas las grandes distancias. Concéntrate en el siguiente paso, TU paso. Eso lo es todo.

La vida te ha permitido nacer en esta vida, trayéndote a la luz. Ahora es tu responsabilidad y oportunidad darte a luz a ti mismo, imaginándote como una persona mejor y diferente de lo que eres ahora. Debes salir de las limitaciones materiales y mentales de tu condición actual. Debes imaginar tu mejor Tú y debes vivir ahora, por adelantado y en tu mente, lo que crees y SIENTES que te pertenece, en un futuro cercano o lejano.

Nadie puede salir de su condición si no puede imaginarse a sí mismo en un nuevo nivel de Ser y vivir.
La imaginación es una poderosa herramienta confiada al ser humano, pero sólo unos pocos consiguen utilizarla de forma consciente y fructífera.
Tienes que creer en ti mismo, porque quizá nadie lo haga por ti, al menos al principio.

Ten confianza para desafiarte a ti mismo y a tus límites actuales.

TÚ eres más de lo que imaginas que eres ahora.

Déjate sorprender por ti mismo (comprométete a hacer una cosa cada día y verás cómo crece tu vida)

La vida te ha estado esperando, quizás durante mucho tiempo, para que despiertes a una vida de evolución, crecimiento y realización. Dentro de ti hay ahora un gran Potencial no expresado y una gran vida. Eres como una gran escultura de oro puro pero cubierta por un velo. Tu Grandeza ya existe en este momento, pero sólo está esperando a que seas plenamente consciente de ella y quites por fin ese velo para que tu potencial pueda brillar a la luz.

Por muy extrañas que te parezcan mis palabras en este momento, así es. Puede que en este momento vivas en la miseria y no tengas suficientes medios de subsistencia, pero debes creer en mis palabras y debes creer en el poder de la vida que hay en ti y en cada ser humano que vive.
No hemos nacido para vivir como brutos, como animales de consumo, sino para descubrirnos a nosotros mismos y nuestra verdadera naturaleza y trabajar cada día, con empeño y perseverancia, para que nuestro potencial como seres humanos se acerque lo más posible a un ideal divino de grandeza.

El ser humano se centra demasiado en el tener. La gente busca los *efectos externos* del bienestar económico, cuando las verdaderas causas existen en el interior. **Hay que "ser" antes de "tener".** Es como el agricultor que intenta trillar el trigo o recoger las aceitunas antes de haber arado el campo y haberlo sembrado. Hay que alimentar la mente con pensamientos de crecimiento y evolución para, entonces, alcanzar un nuevo nivel de Ser. De este nuevo nivel de Ser seguirá entonces el tener, y será una consecuencia natural del trabajo realizado con uno mismo.

Pero, ¿qué significa esto en la práctica y en el "mundo real"?
Para alcanzar tu Grandeza debes abrazar el camino de tu evolución con conciencia y gran compromiso. Debes descubrir qué música quieres tocar en tu vida y convertirte en el instrumento mejor afinado para tocarla. Esto requiere, seguramente, un trabajo de introspección en tu interior y, después, **un trabajo de compromiso diario, cotidiano,** como el escultor que, cada día, con su cincel, trabaja en su Obra.

Si tienes una meta en tu corazón, un sueño con el que te vas a dormir y con el que te despiertas cada mañana, entonces probablemente hayas encontrado TU camino personal. Si sigues este camino **con perseverancia y compromiso,** te llevará por caminos desconocidos, pero, te lo garantizo, te sorprenderá dónde te encuentras al final.

El verdadero secreto es tener una Visión lo suficientemente grande como para moverte cada día hacia una acción, un pequeño paso hacia esa misma visión y objetivo.

¿Cuál es su visión? ¿Se lo ha preguntado alguna vez? Quizá ha llegado el momento de encontrarla, porque ahí es donde se encuentra el camino personal hacia su éxito y su realización.
Puede que ahora mismo no dispongas de medios suficientes, pero los tendrás en el momento en que te pongas manos a la obra y des el primer paso para conseguirlo. No esperes a un buen momento para empezar, sino empieza hoy... ¡ahora! En el momento presente existe la preciosa Magia de un comienzo extraordinario y un gran éxito.

Mi historia: de "pequeño escriba" a autor y editor

Permítame, lector, que le cuente mi historia, para que espero pueda encontrar inspiración y fuerza en ella:
Trabajé durante años y años en una gran universidad italiana donde era "la pequeña escribiente", donde escribía cartas y hacía papeleo que, día tras día, apagaba la pequeña Luz de Grandeza que sentía dentro de mí.
En mis descansos del trabajo, a menudo miraba por la ventana y sentía en mi interior una sensación de melancolía y desmotivación. Era la voz de mi Conciencia y de mi alma que me hablaba: "David, no malgastes tu vida en algo que no amas. Escúchate de verdad: ¿qué te gusta hacer? ¿Qué harías incluso gratis para servirte a ti mismo y al mundo?".

Escuchaba esa voz en las frías tardes de invierno, a través de la lluvia que rayaba las ventanas de mi despacho. Sentía dentro de mí que "algo más" existía en el camino de mi vida. Sentía que había un potencial mío que quería salir a la luz. Una vida nueva, llena de realizaciones y satisfacciones, incluso económicas.

Escuchando esa voz en mi interior, empecé a escribir, a publicar libros como autora.
Me encantaban los libros y la lectura. Era una pasión y un amor visceral para mí. De alguna manera era mi Visión y mi Misión. Más tarde, siempre escuchando esa débil pero poderosa voz que me susurraba: "sigue adelante y cree en tu camino", y de nuevo: "da un paso hacia tu meta cada día". Empecé de la nada, absolutamente de la NADA, y comencé a publicar libros de otros autores, de los que yo era una apasionada e incansable lectora.

No me doblegué ante esta realidad porque creía que había un camino para mí también, aunque en ese momento, como oficinista encerrado en una oficina, no podía verlo.

Seguí ese camino y trabajé en él durante años, con el empeño y la dedicación de un artista del cincelado. Cada pieza que sacaba de mi obra era un paso adelante. La enorme distancia que me separaba de convertirme en editor no me asustaba. Sabía que "un viaje de mil millas comienza con el primer paso", como dice el famoso proverbio chino.

Al cabo de unos años, dimití de la oficina en la que estaba y fundé mi propia editorial. Por fin podría levantarme por las mañanas sin saltar de la cama al sonar el odiado despertador y, lo que es más importante, podría dedicar mi tiempo y energía a publicar

libros y audiolibros que enriquecerían la vida de probablemente innumerables personas de todo el mundo.

Querido lector, te he contado esto, abriendo una parte de mi alma, sólo para inspirarte a tu propia grandeza personal.

Si tienes un sueño en el corazón, síguelo y escúchalo. Utiliza los medios que tienes ahora. La vida busca a aquellos que tienen una Visión poderosa y personal y que están dispuestos a trabajar en ella con la Fe y el compromiso de un agricultor que labra la tierra estéril, pero que ya ve florecer su cosecha a la luz del sol.

Querido lector, confía en tu Visión y abrázala. Permite que la vida florezca en ti. **Los medios llegarán, tan pronto como empieces a creer de verdad en ella y a tomártelo en serio, día tras día.**

Despertar del sueño y superar los límites de la sociedad

Estás soñando. En este mismo momento estás en un estado de sueño del que no eres consciente. Se despierta por la mañana, se levanta de la cama y pone en marcha toda una serie de acciones y pensamientos mecánicos del día anterior y, muy probablemente, de décadas atrás. Todo va tan bien como más o menos esperas. Te reúnes con las mismas personas y lo más probable es que sigas una rutina bien establecida que lleva tus pensamientos y experiencias vitales por los mismos derroteros. Crees lo que la sociedad en la que te encuentras te dice que es "correcto" o "incorrecto", bonito o feo, "normal" o "fuera de las normas aceptadas y dictadas como "apropiadas" o "normales".

Crees que estás despierto, pero sólo tu cuerpo vive en esa realidad. **Tu conciencia está dormida en un "sueño social" del que tú eres el producto.**

Mil y una convenciones han creado barreras en tu mente. Son barreras invisibles, pero te aprisionan como una cárcel mental. Estas barreras invisibles están formadas por las propias convenciones sociales, según la sociedad a la que pertenezcas y en la que hayas nacido.

La Religión, la Política, la Ética, la Alimentación son sólo algunas que en esto te están encerrando en un círculo, donde tu Conciencia da vueltas y vueltas sin poder salir de él.

Los barrotes más poderosos y tortuosos son los que no puedes ver. Son como las finas telarañas de una tela de araña que te mantienen aferrado a unos límites que te han impuesto y que has aceptado pasivamente como normales, precisamente porque has nacido y crecido en ellos.

Para liberar tu espíritu, tienes que liberar tu Conciencia de estas convenciones sociales. Si realmente quieres cambiar tu vida, tienes que ver todo este sistema social, "El Sistema" convencionalmente, como un virus que ha estado acechando en tu mente desde la infancia, porque ha sido transmitido de generación en generación, y con el que

has sido "impreso" desde que eras un niño y tu mente y conciencia eran fácilmente influenciables y maleables.

El fruto de todo esto es una prisión mental y social. Un Sistema que decide por ti lo que está "bien" o "mal".

Crees que la Educación ordinaria es un don social otorgado por la evolución social, en la que todo individuo tiene garantizada una educación para su inclusión en la sociedad. Cuando, por el contrario, la educación satura su mente con nociones que a menudo son inútiles y no funcionales para lo que su alma ha nacido y a lo que está predestinada.
Lecciones interminables, impartidas a diario, cinco días a la semana, durante años y quizá décadas.
El objetivo es el premio final de la certificación, Diploma de Educación, Licenciatura, y luego quizás Especialización. Todo esto sólo para asegurarte en el futuro una profesión que te garantice una vida decente y ser incluido en la sociedad ordinaria. Una sociedad ordinaria en la que eres un número, un nombre y un apellido, una fecha de nacimiento y un código fiscal.

Y así, en la vida, se van siguiendo los pasos impuestos por este Sistema, marcados por la edad del individuo, según la sociedad y el lugar donde vino al mundo.

Estudia y consigue "un pedazo de papel".
Casada.
Tener hijos.
Cómprate una casa endeudándote.
Cómprate un buen coche endeudándote.
Piensa en hacer carrera para aumentar tu prestigio social y tener un sueldo con el que vivir.
Hazte un plan de pensiones para que, cuando tengas 67 años, puedas disfrutar por fin de tu jubilación y ser "por fin libre".
Vendes años de tu vida a este Sistema, haciendo algo porque 'así lo hace todo el mundo' y 'es normal hacerlo'.
No.
Estás vendiendo tu vida, tu precioso tiempo y tu energía vital a una vida que no te pertenece.

Te estás vendiendo a un sueño que no existe.

Estás empañando tu grandeza potencial, haciendo lo que probablemente odias, matando esa preciosa chispa de vida que realmente podría darte todo, empezando por ti mismo de tus Valores y tu Misión de Vida personal.

Sólo cuando puedas ver a través de los barrotes de esta jaula social serás capaz de encontrarte a ti mismo y a ese jardín secreto de tu Conciencia, esperando a ser nutrido.
A partir de ese momento, te garantizo que todo cambiará. Utilizarás tu precioso tiempo, tu preciosa energía vital, tu **inestimable atención y tus acciones enfocadas**, sólo en lo que realmente importa y tiene valor para ti.

Ya no alimentarás un sistema de autómatas conformados a "creencias impuestas", sino que la única voz que te guiará será la que encuentres en el silencio de tu interior.
A partir de ese momento, tu vida también cambiará. Encontrarás una verdadera razón para vivir, levantándote de la cama por la mañana con un sueño en el corazón y un camino auténtico que seguir, el tuyo. A partir de ese momento cada uno de tus pensamientos será auténtico y poderoso, al igual que cada una de tus acciones.
Tu vida externa también experimentará una profunda y poderosa transformación, porque cada acción externa es un reflejo de tu estado de Conciencia. Seguirá la realización personal y, muy probablemente, la satisfacción económica, sin prostituir tu tiempo, tu energía y tu vida a una existencia que no te pertenece y que no sientes tuya.
Está escrito: "busca el Reino de los Cielos dentro de ti y todo lo demás te será concedido. Todos los medios te serán proporcionados en el momento oportuno, pues la Vida recompensa a quienes se convierten en una célula consciente y autodirigida en el cuerpo social.

La vida es preciosa, tuya y sólo tuya, escuchándote y siguiéndote a ti mismo. Conviértela en una obra maestra de autorrealización de Servicio a los "demás".
En este libro tengo la poderosa intención de mostrarte "el camino", pero depende de ti aceptar el reto y recorrerlo con confianza y compromiso.

El camino del crecimiento ("crecer o morir": una ley de la Naturaleza)

La vida es una inmensidad de crecimiento. Puedes verlo en cada hoja que cae y en cada brote verde que anhela florecer.
Tú formas parte de él. Estés donde estés en la vida, tienes la opción de seguir el camino del crecimiento y la autorrealización o, por el contrario, puedes decidir dejarte llevar a la deriva, como una barca en un río, sin un remo que le dé dirección.

La Ley del Crecimiento es una Ley de la Vida. Afirma que o se crece avanzando en la vida y contribuyendo a ella, o se avanza hacia la lenta decadencia y el olvido.

La vida necesita de la vida para nutrirse, avanzar, crecer y evolucionar.

Tú, como ser humano, eres una célula de este organismo universal que es la Humanidad. Tienes que decidir si avanzar hacia tu propio crecimiento y evolución, contribuyendo así a la propia evolución, o esperar pasivamente a que la próxima cosa o acontecimiento simplemente te suceda a ti.

Tienes que descubrir un Propósito, un "Por qué" vives y te levantas por las mañanas. De esta forma tu vida cobrará fuerza y crecerá de la forma más exuberante y productiva. Si tu "Por qué" y tu Motivación son lo suficientemente fuertes, encontrarás una energía preciosa que te guiará en cada uno de tus pasos y emprendimientos.
La vida busca células pulsantes de su organismo vivo que contribuyan al bien del conjunto. Debes aprender a remar con la vida para que te guíe hacia lugares seguros y

te navegue hacia experiencias vitales apasionantes.
Tú eres el capitán de tu barco, pero el sistema de navegación que te guía por el mar del mundo y las experiencias de la vida es la vida misma, que empieza a guiarte en cualquier condición de mar y viento cuando te conectas a ella.

Debes encontrar un propósito poderoso en la vida, sea cual sea, para que adquieras fuerza y dirección.

Debes salir de la inercia y la apatía en la que te encuentras ahora mismo. Debes creer que, en cualquier oscuridad en la que te encuentres ahora, el Sol y la Luz están sólo un paso detrás de la montaña de la duda y el miedo. Debes creer que existe, debes creer que surgirá también para ti. **Tu luz se elevará y comenzará a guiarte, en el momento en que creas en ella y comiences a dar el primer paso hacia "ese sueño tuyo" que tal vez hayas abandonado o, tal vez, aún no hayas comenzado.**

Debes convertirte en una célula activa de la vida y contribuir al mundo. Ya sea a tu familia, a tu barrio, a tu ciudad, a tu nación o al mundo entero. Lo que importa no es el tamaño de tu influencia, sino el espíritu que hay detrás. Una madre atenta y cariñosa cría a su hijo y, al hacerlo, satisface el crecimiento del mundo. El reformador social lo hace a mayor escala, pero con el mismo espíritu de crecimiento y evolución.
Debes elegir convertirte en una célula activa y beneficiosa en el mundo, comoquiera que puedas hacerlo y dondequiera que estés en el mundo ahora mismo.

Cuando inicies este viaje de crecimiento, nada será igual que antes. Cambiarás tú y cambiará la vida misma a tu alrededor. Formarás parte de los pocos que se disponen a trabajar y sembrar en el vasto campo de la vida:

"EL MENSAJE ES MUCHO, LOS OBREROS SON POCOS" (Lucas 10:1-9).

Trabaja con el corazón todos los días y la vida te lo recompensará 100 veces, te lo aseguro.
No busques resultados inmediatos, sino que trabaja añadiendo un paso, una pequeña acción cada día hacia tu objetivo. Pero pon tu corazón en ello, pon tu alma en ello, porque con corazón y alma todo es posible en la vida.
Así abrazarás la Ley del Crecimiento y nada podrá detenerte. Descubrirás tu Grandeza, tu Realización y tu felicidad.

Aceptar la responsabilidad de su vida

Si buscas un cambio real en tu vida, tienes que empezar a construirlo dentro de ti y el primer paso es aceptar la responsabilidad de tu vida.
Cualquier cambio que busques a partir de ahora tendrá que surgir de una profunda

necesidad tuya y será fruto de tus propias acciones, tanto mentales como físicas. Si crees que alguien o algo vendrá a salvarte y a darle la vuelta a la situación física, mental y económica en la que te encuentras, probablemente esperarás mucho, mucho tiempo, si es que alguna vez llega.

Si crees que tarde o temprano la Política y los políticos harán una ley o una medida que te salvará y te sacará del atolladero en el que puedes estar ahora, o que por fin llegará un grupo de extraterrestres que multiplicará el pan y los peces de tu cesta y pagará las facturas de tu casa y tus futuras vacaciones, pues adelante, créetelo.

La única persona que puede salvarte de alguna manera eres tú. Tú eres la persona que puede crear un cambio real en tu vida. Tienes que empezar por ti mismo, asumiendo toda la responsabilidad de lo que te ocurre y haciendo que ocurra de alguna manera lo que quieres que ocurra en tu vida. Tu mundo es un reflejo completo de ti mismo. La imagen actual de tu vida es un reflejo de lo que eras y pensabas ayer. **Para cambiar tu mañana, en cualquier aspecto que desees, debes utilizar tu precioso "ahora", imaginando y sintiendo cómo quieres ser y cómo será y se sentirá tu vida mañana.** Tienes que empezar por ti mismo, y el primer paso importante es salir de la mentalidad "asistencialista" que te hace esperar en vano que la ayuda baje del cielo. Tienes que aprender a ayudarte a ti mismo, y sólo entonces, si trabajas bien siguiendo lo que te señalo en este libro, la "suerte" y la buena fortuna también empezarán a inclinarse hacia tu lado. Ayúdate a ti mismo para que Dios te ayude: éste es el mantra de quien está plenamente decidido a abrazar su poder, a convertirse en la mejor versión de sí mismo y a vivir su mejor vida.

Encuentre su visión y su misión

El primer paso para abrazar tu Poder es encontrar y seguir tu Visión.
Tu Visión es el propósito para el que naciste y la razón de tu vida. Si ahora mismo estás cansado y desmotivado, es porque no te levantas por la mañana con un propósito y una misión fuertes. Sin una Visión lo suficientemente fuerte no tendrás una dirección a seguir. Sin una dirección que seguir, tu alma estará a la deriva y sin rumbo. Tener una Visión lo suficientemente grande da fuerza y dirección a tu vida. Ya no te sentirás a merced de las circunstancias porque tu vida adquirirá sentido, y este sentido irá más allá de vivir como una persona corriente. **Vivir sin una Visión es sobrevivir. Vivir plenamente requiere una Visión y una Misión. Cuando encuentres tu Visión, nada será como antes. Todos tus** pensamientos y acciones cobrarán sentido. Ya no serás como una hoja al viento de los acontecimientos. Serás como el capitán de un barco que ha elegido su destino. Como dijo el filósofo latino Séneca: "No hay viento favorable para el marinero que no sabe adónde va".

Cuando encuentres y abraces tu Visión, permitirás que la vida te ayude con

circunstancias y acontecimientos favorables. Te reunirá con las personas adecuadas para tu proyecto y te atraerá hacia las condiciones adecuadas para que tengas éxito. La vida ama la claridad de propósito de aquellos que saben a dónde quieren ir. La vida busca personas que aporten "algo" a la vida misma. La vida es un continuo despliegue de proyectos e ideas nacidas de personas que sienten fuerte en su interior un Proyecto, una dirección, un Sueño que seguir.

Si aún no has encontrado tu Visión de Vida, no te desanimes porque ya está dentro de ti. Es como un tesoro escondido en lo más profundo de tu alma, depende de ti buscarlo y encontrarlo. Has nacido para ello. Para vivir y evolucionar a través de una razón de vivir que te haga crecer como persona y como alma.

Para encontrar tu Visión tienes que entrar en contacto contigo mismo y, para ello, tienes que aislarte de todas las distracciones que se presentan continuamente en tu vida.

Estás constantemente bombardeado por estímulos externos: televisión, Internet, redes sociales, pensamientos sobre qué hacer y qué no hacer. El mundo entero es una distracción constante que a menudo te aleja de lo más profundo de ti mismo. Tienes que desintoxicarte de estos estímulos nocivos para encontrarte a ti mismo y a la voz que llevas dentro.
Cada día tómate un respiro y aíslate en un lugar donde nadie pueda molestarte. Apaga la televisión y el móvil y busca un momento de calma y paz. Dale a tu alma la oportunidad de hablarte. Escúchate sin prejuicios. Sobre todo, PREGUNTA. Sin pregunta no hay respuesta. **Pregúntate qué te haría verdaderamente feliz, qué te gustaría hacer si nadie te lo impidiera.**

En el momento en que encuentres tu Visión, tu vida cambiará. Ya no serás una persona que busca constantemente distracciones cambiando de canal en la televisión o desplazándose a través de vídeos en Internet, sino que tendrás la mente fija en el siguiente paso a dar para alcanzar y alimentar tu Misión.

Tu visión debe ser lo suficientemente grande como para entusiasmarte. Debe salir de su zona de confort y pensar a lo grande. Debes atreverte a imaginar la realidad y el objetivo más grande. Debes dejar de nadar en tu propia olla pequeña. Debes sumergirte en las infinitas posibilidades que te ofrece la vida. Atrévete a imaginar **tu mayor Destino y lo encontrarás. Nunca dejes de buscar tu Visión porque es ahí donde se encuentra tu tesoro.**

Rebélate contra la mediocridad y busca tu propia excelencia personal

Está escrito:

"Conozco tus obras: ni eres frío ni caliente. ¡Ojalá fueras frío o caliente! Pero como sois tibios, es decir, no sois ni fríos ni calientes, estoy a punto de vomitaros de mi boca".
(Apocalipsis 3:14-20).

Si quieres abrazar tu Poder y experimentar tu Grandeza, debes decidirte a salir de la uniformidad gris que caracteriza a la mayoría de las personas que ves por la calle.
Debes decidir seguir tu propio camino, tu camino personal. Sólo así encontrarás una salida a esa grisura sombría que caracteriza la existencia de quienes han decidido amoldarse a un Sistema social que niveló y estandarizó vidas e individuos hacia una existencia de tranquila y resignada desesperación.
Tu vida te pertenece y debes utilizarla de la forma más productiva posible. Debe reflejar tu Naturaleza interior, no lo que la sociedad en la que has nacido espera de ti. No debes ser y convertirte en un producto de la sociedad, debes convertirte en tu propia versión de ella, tu mejor versión. Sólo así podrás contribuir al crecimiento de una sociedad sana, porque está formada por individuos sanos, porque son felices y se sienten realizados en lo que hacen. **No tengas miedo de ser de algún modo "diferente": puede que seas un águila encerrada en un gallinero. Probablemente seas "extraño" porque posees alas lo bastante fuertes para surcar los cielos de la vida, no para pastar por el suelo en busca de alimento.**

Puede que al principio te cueste creerlo, porque tus alas aún no son lo suficientemente fuertes y tus ojos se han acostumbrado a la oscuridad de tu actual gallinero, pero tienes que empezar a mirar más allá, con tu mente, con tus ojos espirituales, la **Imaginación**, para ver una nueva versión de Ti que te espera en un futuro probable.

El "Sistema": la jaula sin barrotes - el gallinero donde viven las águilas

¿Conoces a alguien realmente libre? Sé lo que está pensando. "Pero vivimos en una sociedad democrática en la que todo ser es libre". Así que te pregunto: "¿qué es la libertad para ti?". ¿Tal vez trabajar de 9 de la mañana a 5 de la tarde todos los días, haciendo cosas que odias o te disgustan, sólo para pagar las facturas, las próximas vacaciones, el pago del coche y algún que otro capricho? ¿Haciendo esta monstruosa rutina durante 30 o 40 años, para finalmente jubilarte con la "libertad en el bolsillo" a los 65? ¿Es ésta la libertad a la que te refieres?

La verdad te dolerá pero, como te dije al principio de este libro, no estoy aquí para entretenerte sino para abrirte los ojos y la mente, si realmente lo deseas y estás

dispuesto a aceptar la realidad más allá de las apariencias.

El "SISTEMA

En casi todas las sociedades 'modernas', vivimos en un Sistema dedicado a la producción y el consumo, donde cada individuo, sea cual sea su posición social o laboral, vive una vida de trabajo, producción y consumo (además de reproducción como especie). Lo más probable es que tú formes parte de estos individuos: te levantas cada lunes por la mañana y llevas a cabo una rutina, y donde el final es el viernes por la noche, cuando probablemente te vas a casa a "salir de fiesta" con tus amigos, tu novia o a ver el "gran acontecimiento deportivo" en la televisión.

La cruda realidad es que has malgastado cinco días del precioso tiempo de tu vida haciendo algo que probablemente odias y de lo que preferirías prescindir.

La verdad es que eres un ser humano y no has nacido para trabajar y vender tu tiempo y tu fuerza física durante cinco días a la semana por un salario que te permite sobrevivir, aunque con algunos beneficios, como unas vacaciones de verano o un bonito coche que conducir. Esto es cierto en cualquier nivel en el que te encuentres. Ya trabajes en un restaurante de comida rápida, en un gran banco o seas un profesional respetado y bien pagado en algún campo.

A menos que, singularmente, ames o disfrutes de verdad con tu trabajo, estás vendiendo, o más bien malvendiendo, tu precioso tiempo de vida y tu energía por una simple hogaza de pan, sea cual sea su cuantía.

Para valorar tu vida y tu tiempo, debes aprender a abrazar tu verdadero valor, tu Poder, y debes crecer como persona, poniéndote al servicio efectivo de la sociedad.

Sé lo que estás pensando, probablemente estás leyendo las palabras de un loco. La verdad es que es tu elección seguir leyendo estas líneas, o volver a sumergirte en la rutina diaria de tu vida y sus placeres de "fin de semana", que no son tan malos después de todo.

La primera victoria de un hombre es disponer libremente de su tiempo y convertirse en un hombre LIBRE. En este libro es mi intención darte el conocimiento de que hay una manera de hacer esto y convertirte en uno. Todo comienza contigo mismo y yendo más allá de este Sistema Social que quiere que seas un esclavo en un mundo y una realidad donde los barrotes son invisibles pero extraordinariamente reales.

Debes decidir si quieres estar "caliente" o "frío" en el río de la vida. No debes ser tibio, de lo contrario perderás la oportunidad de marcar la diferencia en tu propia vida y, probablemente, en la vida de los demás. Debes pensar, actuar y poner energía en lo que has decidido hacer.

No tengas miedo de ser tú mismo. Créetelo. Créetelo firmemente y, sobre todo, trabaja en ello cada día. Si tienes un proyecto en tu corazón, trabaja en él todos los días de tu vida como si fuera tu propio hijo. Si aún no has encontrado tu Visión y tu Proyecto, sigue buscándolo y sabe que ya existe, porque es un derecho individual

tenerlo y hemos nacido para ello.

Conviértete en tu propia excelencia personal, es una gran oportunidad en tu vida. No seas "tibio". Sólo cuando te rebeles contra la mediocridad y la uniformidad brillarás en la luz y volarás alto en los cielos de la existencia.

El Sistema te quiere débil: conviértete en una persona poderosa

El Sistema necesita personas débiles y maniobrables. Necesita que todos encajen en el binario de sus convenciones sociales y que no se salgan de las filas. El Sistema necesita productores dóciles de bienes y servicios, aunque lo hagan en un estado de desesperación silenciosa. El Sistema no quiere que rompas los esquemas mentales que te ha impuesto desde que naces, no quiere que descubras el camino hacia tu Grandeza, el camino hacia tu independencia mental, económica y social. El Sistema te quiere como eslabón de una larga cadena, para que todo el mecanismo social, tal y como lo ha diseñado, siga adelante y se perpetúe.

Si quieres liberar tu mente y tu vida de esta rueda kármica social, debes fortalecer las alas de tu imaginación y debes tener una Visión lo suficientemente fuerte y poderosa para guiarte fuera del río gris de la uniformidad social.

He soportado el peso de esta uniformidad social durante 30 años. Lo hice trabajando para una importante oficina de la administración del Estado. A menudo me sentía infeliz y frustrado. No tenía ojos para ver ni oídos para oír porque sólo veía lo que la propia sociedad, el Sistema, me proponía. La seguridad de un "trabajo fijo" al precio de una aparente seguridad económica, libertad los fines de semana y una paga mensual.

Durante muchos años vendí el tiempo de mi vida a algo que no amaba, pensando erróneamente que era lo correcto, porque todo el mundo a mi alrededor y lejos de mí lo hacía. Probablemente tú también te encuentres en esta situación en este momento. Debes saber que no tiene por qué ser así. Eres un alma libre y tienes pleno derecho a disponer de tu tiempo en esta vida y de tu energía vital. Eres un ser creativo y es tu derecho de nacimiento tener la libertad de ser y hacer lo que realmente quieres ser y hacer.

Tu trabajo no debe ser tu condena. Tu trabajo debe ser una alegría creativa que proporcione un bien a los demás pero que, sobre todo, te haga crecer como persona. No se trata de una visión utópica, sino de un potencial personal que

probablemente te espera en algún futuro, si crees en él lo suficiente.

Sea cual sea la situación en la que te encuentres en este momento, debes saber que siempre hay un camino hacia el cambio y el crecimiento. Ese camino empezará a existir en el momento en que realmente creas en él y te entregues en cuerpo y alma para hacerlo realidad.

Ahora mismo tienes el Poder potencial de la persona que serás mañana.

Trabaja en ti mismo, debe convertirse en tu dulce obsesión. No te dejes deslumbrar por tu realidad actual sino crea tu futuro, ahora, dentro de ti. Imagina tu mejor versión de ti mismo y te convertirás en ella. Imagina tu mejor vida y la vivirás. Vuélvete poderoso, vuélvete libre. Te espera un futuro magnífico.

El Sistema te quiere ignorante: sé curioso y aprende de fuentes independientes

El conocimiento, cuando se aplica, es Poder y Libertad. La ignorancia es esclavitud. Has seguido fielmente tu camino educativo y lo has completado con éxito. Primero la escuela primaria, luego la secundaria, después quizá obtuviste una licenciatura y un máster en alguna universidad prestigiosa. Te han adoctrinado con el mito del título, el "trozo de papel" que un día te daría prestigio, autoridad, respeto y te haría económicamente independiente. Pero quizá la realidad de los hechos sea otra y no te lo dijeron al principio.

¿Dónde estás ahora? ¿En qué trabajas? ¿Cuánto ganas al mes? Son preguntas que tienes que hacerte si quieres entender cómo el Sistema te ha encauzado hacia un túnel en el que están al menos el 96% de las demás personas.
Has estudiado y repasado historia, geografía, civismo pero, por desgracia, no finanzas. Conoces las fechas de la Revolución Francesa, los nombres de las guerras y la superficie de ciertas ciudades o naciones. Adoctrinamiento, pura palabrería que te sirve de poco o nada en la vida. En el peor de los casos, si vives en ciertas naciones, incluso te endeudaste para pagar esa educación en esa *universidad concreta*. ¿Y ahora qué posición ocupas? Si eres como la mayoría de la gente, criado en esta "*granja de cultivo"* social, haces un trabajo que no responde a tus expectativas y quizá esté lejos de tus inclinaciones. Estás mal pagado y endeudado. ¿Adónde te han llevado? ¿Adónde vas?

La verdad es que te han vendido un sueño, un sueño que probablemente te ve como una víctima y no como un ganador. Si estás haciendo un trabajo que te gusta y que tiene un buen sueldo, entonces te doy un caluroso apretón de manos y te felicito sinceramente.
Si no es así, bienvenido a la multitud de multitudes entrenadas para consumir y ser manipuladas.

Pero no tiene por qué ser así. Hoy en día, las armas de distracción masiva utilizadas por el Sistema para distanciarte de ti mismo, de tu Poder, y hacerte servil a una masa inconsciente, pueden ser utilizadas conscientemente a tu favor, en lugar de en tu contra.
Me refiero al uso correcto de los medios de comunicación. En lugar de aturdirte con cien o mil vídeos basura de determinadas aplicaciones en tu teléfono móvil, tienes el poder y el privilegio de utilizarlos y canalizar tu preciosa atención, que, junto con tu energía, te convertirá en una persona diferente: una persona consciente y autodidacta que está desarrollando habilidades específicas en algún campo concreto. Esta será la mayor garantía de éxito y satisfacción para ti, incluida la económica, si encuentras la forma de ponerla a disposición del mayor número de personas posible. Es posible, puedes hacerlo pero tienes que empezar a pensar con TU mente y tienes que convertirte en un Maestro en tu campo y en un Artista en lo que haces. Sólo entonces puedes convertirte en una gema rara entre muchas piedras. Sólo entonces podrás brillar y poner tu luz a buen uso en un mundo de gris uniformidad. Puedes hacerlo, créeme.

El Sistema te quiere físicamente débil

¿Cuándo fue la última vez que se sintió lleno de una energía y un empuje incontenibles? ¿Tal vez hoy, tal vez ayer, o tal vez hace bastante tiempo?

¿Cuántas veces te han dicho que prestes atención a tu dieta y a cómo utilizas tu cuerpo, para tu bienestar y nivel de salud?
¿Qué profesor te ha dicho que gran parte de la responsabilidad de la salud de tu cuerpo depende de ti y de cómo lo utilices a lo largo de tu vida?

Tu cuerpo es un regalo precioso que hay que cuidar y nutrir durante toda la vida. Una verdad obvia, ¿verdad? ¿Pero cuántos lo hacen hoy en día? El cuerpo y la salud se dan por sentados hasta que una dolencia o enfermedad llama la atención sobre ellos.

Tu cuerpo es el vehículo material de tu existencia y debes ser su fiel guardián. Sin él no podrías ser ni actuar en este mundo material.
¿Cuánta atención le ha dedicado hasta ahora?
Tal vez a lo largo de tu vida hayas acumulado un exceso de peso, incluso hasta el punto de desarrollar los primeros síntomas de la vejez. ¿En qué medida ha dependido esto realmente de su genética o, por el contrario, de su descuido en la forma de alimentarse y de utilizarla o no utilizarla en absoluto?

Si de verdad quieres abrazar tu Poder y alcanzar tu mejor versión, física y mentalmente, debes empezar por cuidar tu cuerpo, pues en él está contenida tu preciosa energía vital, y a través de él no sólo gozarás de buena salud sino que avanzarás en tus proyectos vitales con paso y mente más firmes.

La mente está sana en un cuerpo sano, al igual que un espíritu sano, curioso, audaz y benévolo consigo mismo y con el mundo.

Nunca dé por sentado su nivel de salud, necesita aprender cómo funciona su cuerpo y cuál es la mejor manera de utilizarlo para conseguir un físico eficiente y una mente despierta. Como mínimo, confíe en la información independiente disponible en Internet, pero sea prudente en su elección.

No tienes por qué confiar en la última moda alimentaria ni en el último modelo de entrenamiento. No tienes por qué confiar en los consejos de los "expertos" que ves en la tele, aunque tengan títulos y sean aclamados por la corriente dominante. Por extraño que pueda parecerte, no eres el objeto de atención de quienes están interesados en que estés sano y 'físicamente poderoso' sino, al contrario, de 'aquellos' que están interesados en venderte alguna cura, sistema de salud o algún 'producto' patentado industrialmente y vendido caro en el mercado.

Quiero que abras los ojos y empieces a ver más allá de las líneas de los medios de comunicación y te formes tu propia opinión independiente.

Tu cuerpo te pertenece y debes tratarlo como si fuera lo más preciado que posees. Los secretos para mantenerlo eficiente no los encontrarás en los periódicos sino en textos milenarios de Ciencia Yóguica y otros. Digo esto porque sé bastante sobre lo que escribo e intento hacerlo mío y ponerlo en práctica cada día de mi vida. Entre estos "Secretos" de Bienestar, Salud y Longevidad expresados e ilustrados en algunos textos sagrados del pasado, pero cada vez más confirmados por la ciencia moderna que se pueden consultar en bases de datos médico-científicas (Pubmed) están:

- Nutrición correcta y uso prudente del ayuno intermitente.
- Utilización completa del cuerpo, entendida como movimiento aeróbico y muscular/articular.
- Exposición suficiente y adecuada a los rayos del sol.
- Respiración completa según los cánones del Pranayama indio.
- Uso prudente y conservación de la energía sexual (abstinencia sexual intermitente).

Atención: esto NO es una prescripción ni un consejo médico, sino mi opinión personal como autora y pensadora independiente.

El Sistema te quiere licenciado y en paro

Quizá te hayan sembrado el virus mental que dice algo así: "hazlo bien en la escuela, saca buenas notas, gradúate y consigue un buen trabajo en una buena empresa".

¿Le suena familiar? Quizá hayas seguido estas sabias palabras, palabras de una época en la que un título tenía un valor práctico y económico en la sociedad. Te permitía asegurarte un sueldo "seguro" en una empresa "segura". ¿Pero ahora? Ahora tú, titulado o no, probablemente te encuentras vagando en un mar de paro. O trabajas "temporalmente" en un empleo que no soportas y que no está a la altura de las competencias que has adquirido con tu título de grado o máster, ganado con tanto esfuerzo y sufrimiento. Tal vez le ofrezcan trabajos mal pagados y de corta duración. ¿Le parece normal? ¿Se corresponde con lo que esperabas cuando empezaste a estudiar en ese prestigioso lugar?

Ahora te invito a que respires hondo y te tomes un tiempo para digerir esta verdad: adónde va la masa de gente que sigue este paradigma obsoleto, en el que el concepto de "título" y "conseguir un pedazo de papel" para conseguir un trabajo seguro, es ya un sueño del pasado. Quizá estén jugando a un juego en el que las reglas han cambiado y las que utilizan ahora sólo les sirven para pasar la partida sin ganar nunca.
¿A cuántas personas conoce que sean tituladas universitarias y quizás tengan una o varias especializaciones, y que luego trabajen codo con codo y con el mismo sueldo que los que no tienen "papeletas" para demostrarlo?

Amigo mío, debes abrir los ojos a la realidad si de verdad quieres abrazar tu Poder. **Debes salir de la mentalidad de masa donde todos van y hacen lo que todos hacen. Tienes que** ser un "tonto sabio" en un mar de prototipos humanos uniformados para alimentar un Sistema que te quiere licenciado, en paro y probablemente también endeudado, si en el país donde vives el propio Sistema te ofrece la "preciosa" oportunidad de pedir un préstamo para asistir a una bonita Universidad que, tal vez, te vea algún día engrosar las largas filas de los parados o la de los "mal empleados y mal pagados".

Tal vez estas palabras te golpeen como una pesada piedra, pero deben ayudarte a despertar a la realidad actual si quieres salir de la mentalidad común y crear un nuevo tú y, en consecuencia, seguir un nuevo camino.
La elección siempre es tuya: siempre lo ha sido, pero probablemente se hizo sobre supuestos erróneos por obsoletos y anticuados. Todos los sistemas operativos informáticos deben pasar periódicamente por útiles *actualizaciones* y '*parches'* para que todo funcione de forma más eficiente, rápida y productiva. Esta 'actualización del sistema' de tu 'sistema mental', debes hacerla necesariamente si quieres salir de una vieja mentalidad que no te lleva a ninguna parte.

Graduarse hoy en día, con la excepción de algunas carreras que crean un cierto tipo de alta profesionalidad y que eres capaz de ponerla en práctica al servicio de una clientela potencial dispuesta a pagarte bien, es sólo una elección "cultural", si queremos llamarlo así educadamente. Estudiar la biología de las plántulas de la cordillera de los Andes tendrá valor si te conviertes en un botánico destacado y si puedes ofrecer tus

conocimientos y servicios a una clientela dispuesta a pagarte. Lo mismo si estudias las eras geológicas del Pleistoceno, quizá te convierta en un nuevo Darwin (y te lo deseo), pero en el mundo actual probablemente te pondrá a la cola de muchos otros que buscan un puesto en alguna oficina introduciendo números y datos en un teclado.

Pero, ¿cuál es la posible solución a toda esta pérdida de tiempo, energía mental y.... dinero?

No existe una receta única. Lo que sí puedo decirte es que tienes que hacer espacio dentro de tu mente y desechar toda la basura obsoleta que ingieres cada día de los medios regimentados y centrarte en lo que realmente te apetece hacer. Cuando lo hayas encontrado, será tu deber e interés esforzarte TODOS LOS DÍAS para convertirte en el experto definitivo en ese arte o disciplina que has abrazado. El mundo necesita personas apasionadas, especializadas y que salgan de caminos institucionalizados y estandarizados. Tienes **que salir de la cadena de montaje social e intentar convertirte en una "pieza única" o, al menos, NO en una "pieza estándar"**, de lo contrario estarás entre otros 10.000 y podrás ser sustituido fácilmente por un "modelo" similar al tuyo.

Otra cosa que tendrás que hacer es buscar el "Servicio" a los demás, es decir, tendrás que intentar poner tus habilidades y capacidades a disposición del mayor número de personas posible. Quizás convertirte en empresario y creador de productos o servicios para vender en el mercado local y mundial. Hoy en día no existen barreras locales: lo que haces y produces en el lugar donde vives puede distribuirse, difundirse y venderse en un mercado potencialmente mundial.

Tienes que hacer una actualización mental de cómo concibes tu educación, tu trabajo y tu forma de ganar dinero.
Conviértete en quien eres en esencia. Abraza tu Poder y sigue el camino del Servicio a tu Comunidad y a la Sociedad. La vida te apoyará en cada paso del camino.

La fortuna favorece a los audaces y a los hambrientos

Tal vez hayas estado esperando que los vientos de la fortuna te den un empujón para lograr aquello a lo que aspiras, pero la pregunta es: ¿has ayudado y estás ayudando a que la Fortuna se cruce en tu camino?

Si realmente quieres que la Fortuna te ayude y te acompañe, debes ser **audaz** y **tener hambre**. La fortuna siempre ayuda a los audaces y a los que han decidido creer, actuar y "ensuciarse las manos" en el duro trabajo que a menudo les espera.

Perseguir un sueño significa salir de tu zona de confort y abrazar territorios

desconocidos en tu mente. Comprometerse con algo que aún no existe es navegar por un mar sin límites en el que aún no ves la isla del tesoro dibujada en el mapa de tu mente.

Tu imaginación debe ser lo suficientemente fuerte como para imprimirte el fuerte deseo de salir de tus límites y abrazar lo desconocido.

Demasiada gente vive su vida encerrada en los confines que la sociedad ha creado para ellos, y que luego se han convertido en su dulce jardín donde han pasado años quizás imaginando otra realidad, otro escenario que les ha aguardado en vano en el mundo virtual de las posibilidades.

Si realmente quieres alcanzar Tu Visión, Tu Sueño, ese que a menudo sientes latir dentro de ti como un segundo corazón, tienes que ser audaz y estar un poco loco.

Ser imprudente significa saber que te espera otra realidad potencial, otro "Tú" potencial, una nueva persona en una nueva realidad y situación. Estar loco, NO significa ser temerario en lo que haces, sino estar lo suficientemente loco como para creer en algo que todavía no existe, quizás lejos de donde estás ahora y de la realidad que estás viviendo en este preciso momento. Los sueños están hechos para dar alas al espíritu del ser humano, para darle un anticipo de su jardín mental secreto que, un día, tal vez se haga realidad en el mundo tridimensional.

Ser audaz y loco es aventurarse en los mundos desconocidos de la propia mente y abrazar esas realidades potenciales que aguardan a quien sea capaz de captarlas, primero a nivel mental en el mundo imaginativo, y luego trabajar en ellas, llueva o haga sol, con gran compromiso y persistencia.

La fortuna ayuda a los audaces y a los necios. Esto debes tenerlo en cuenta.
La vida quiere que cada ser humano salga de sus límites mentales e imaginativos, se convierta en una versión nueva y mejor de sí mismo y manifieste entonces otras realidades del ser.

El mundo y la realidad son de plástico. Son como un campo que hay que arar y cultivar. Todos tenemos el nuestro por derecho de nacimiento, pero sólo unos pocos están dispuestos a tomar conciencia de él y a trabajarlo como lo haría un agricultor. El trabajo que tienes por delante es duro, pero seguro que dará sus frutos si sigues cuidando aquello a lo que aspiras profundamente y, sobre todo, trabajas en ello realizando cada día una pequeña acción encaminada a su consecución.
Debes volverte lo suficientemente insensato como para creer de verdad en la dirección que has decidido tomar y trabajar en ella incluso en ausencia de resultados inmediatos y visibles. La vida fluye y la naturaleza crece con cada rayo de sol y cada soplo de viento. Aparentemente no puedes ver nada, pero la vida late y evoluciona en cada ser: desde la pequeña semilla en la tierra, hasta tu sueño más secreto. Debes amarla con tu atención y honrarla con tu trabajo constante. Tu Fe es el sol que la alimenta cada día, tu trabajo y compromiso son la lluvia que la fecunda y la hace crecer.
Debes abrazar lo desconocido y participar activamente en tu propio crecimiento. Debe convertirse en tu dulce obsesión. Sólo entonces emergerás un día a la vida con una

nueva Conciencia de Ser y toda tu vida cambiará. Tal vez viajes mucho, tal vez vivas en una hermosa casa junto al mar o en la montaña, tal vez construyas una hermosa familia. Y estos serán sólo algunos de los dulces frutos que saborearás porque los habrás cultivado celosamente en el jardín secreto de tu Conciencia.

Crecer es tu derecho pero también tu deber como ser humano

La vida es una gran oportunidad que se te ha dado, necesariamente debes tomar conciencia de ella si quieres abrazar tu Poder personal.

No puedes seguir viviendo en tu rutina habitual si realmente quieres convertirte en una persona diferente. Si de verdad quieres encontrar nuevas posibilidades y oportunidades esperándote en el mundo virtual cuántico, y luego hacerlas reales y concretas en la vida, tienes que despertar a las posibilidades que te ofrece la vida. Dondequiera o cuandoquiera que vivas ahora, empieza por lo pequeño y luego pasa a lo grande. Por muy en la oscuridad que te encuentres ahora mismo, debes tomar conciencia de que hay un camino de crecimiento esperándote en el viaje de tu vida. **La mera conciencia de que hay realidades potenciales esperándote hace que ya sean reales y estén en camino de manifestarse.** La imaginación y la expectativa positiva son armas poderosas confiadas a todo ser humano capaz de pensar fuera del sistema limitado de sus creencias y rutinas ordinarias. Mientras te mires a los pies, no serás capaz de captar lo que actualmente está sólo un poco más allá de tus posibilidades actuales. **Tienes que crear nuevos caminos en tu mente si realmente quieres recorrerlos algún día.** Cada experiencia potencial que te espera en la vida se construye primero en tu mente. No esperes a que la vida te traiga la experiencia, sino elígela dentro de ti como la mejor opción. Luego vívela y abrázala con tu imaginación, cada día. Haz que forme parte de ti. Verás que poco a poco crecerá y echará raíces también en tu vida "real". No mires el reflejo de tu mundo actual, sólo es un reflejo de lo que fuiste ayer. Vive por adelantado, en el mundo de tu imaginación, lo que quieres vivir, y el mañana estará lleno de agradables sorpresas y oportunidades. Dale a tu nuevo yo la oportunidad de reflejar su grandeza en tu mañana.

La vida busca hombres y mujeres capaces de imaginar, vivir y sentir más allá de las apariencias de su realidad actual. Personas que han decidido aceptar el reto de crecimiento y evolución que la vida ofrece a todo ser humano. Debes abrazar y aprovechar estas oportunidades si de verdad quieres crecer como persona y vivir tus mejores experiencias vitales. Tienes que ser lo suficientemente decidido como para

romper con tus viejos esquemas mentales y crear otros nuevos. **No sigas escribiendo el viejo guión de tu vida, sino atesora tu momento presente para imaginar tu mejor futuro como una nueva página en blanco en el nuevo libro de tu vida.**

La vida te ofrece esta preciosa oportunidad en cada momento y cada día de tu vida, pero es tu gran responsabilidad aprovecharla y hacer un buen uso de ella.
Tienes un gran poder, pero tal vez aún no seas consciente de ello.

Abraza este Poder y ejercítalo cada día. **Labra tu vida con pensamientos de crecimiento y evolución y pronto verás los frutos.**

Imagina que estás volando y que un día volarás. Volarás porque habrás imaginado en tu mente lo que antes sólo era una posibilidad en tu futuro posible.
Desde las alturas de tu nueva existencia, verás a otros que aún se retuercen en sus patrones habituales, sin mirar más allá de sí mismos.
Abraza la oportunidad que te ofrece la vida, y sabe que es un gran Poder pero también un gran Deber si realmente quieres convertirte en la mejor versión de ti mismo, y si quieres vivir y saborear por fin las mejores oportunidades y experiencias que te ofrece la vida.

SER AUDAZ

Conozca el valor de su energía

Eres la energía que llevas y tu vida es un reflejo de ella.
Si quieres emprender el camino de tu crecimiento como individuo y si quieres abrazar todo tu Poder personal, debes necesariamente aprender y potenciar tu energía personal.
Quienquiera que seas ahora, en este momento, tu vida presente refleja tanto las elecciones que has hecho en el pasado como las que harás en el futuro. Lo que será tu futuro depende de cómo utilices tu presente y esto depende, en gran parte, de la energía de tu cuerpo y, en consecuencia, de tus pensamientos. Si posees y usas una energía física poderosa, es como si llevaras un manto mágico que te conduce más fácilmente a la consecución de tus objetivos y a la realización de aquello a lo que más aspiras.

Tu dinero, tu relación con los demás, tu éxito y todo lo que es tu vida, es un reflejo no sólo de tu Conciencia y tu forma de pensar sobre la vida misma, sino también del poder de tu energía personal. **Un pensamiento es tan poderoso e irradia en el mundo de**

posibilidades potenciales como poderosa es la energía que hay detrás de él. Es como disparar una flecha a un blanco. La flecha, es decir, el pensamiento, puede ser el mejor del mundo, pero si no tiene suficiente energía para dispararse lejos, nunca dará en el blanco. Tal vez llegue un poco más abajo o a un lado, si es que alguna vez alcanza la distancia necesaria.
Tu propósito como ser humano en evolución, entendido como el despliegue de tu Poder dirigido hacia Visiones y metas pertenecientes a tu naturaleza, debe estar apoyado por una base de energía vital suficiente y abundante.

El ser humano apenas es consciente de este potencial energético y del poder que le es inherente. El hombre normal la malgasta de todas las formas y maneras, sin darse cuenta de que su valor es inmenso, tanto como su nivel de salud y bienestar personal, su éxito en las relaciones humanas y en los negocios. **El hombre normal busca el éxito fuera de sí mismo y no se da cuenta de que éste es un reflejo no sólo de su Conciencia, sino también del nivel de energía que la sustenta.** Es impensable e improbable considerarse Poderoso y generar metas poderosas si uno se siente agotado y deprimido. Por el contrario, cuando nos ponemos y generamos todo el potencial energético del que somos capaces, el mundo casi se abre ante nosotros y la realidad casi se pliega a nuestra voluntad. Las mismas sincronicidades o circunstancias favorables se ven favorecidas por un nivel abundante de energía física personal. Las antiguas prácticas iniciáticas que nos han legado las milenarias tradiciones yóguicas y que se encuentran en las Religiones del mundo, nos han mostrado el camino para emprender la senda "ascética", y tal como se entiende en este libro, la senda del Poder Personal.

El ayuno controlado, la respiración, el movimiento físico, el contacto con la energía solar y la abstinencia sexual "intermitente" son sólo los más conocidos. Los antiguos sabios del pasado siempre han mostrado el camino, pero el hombre moderno se encuentra cada vez más en su propia jaula de baja energía vital, precisamente a causa de su incorrecta y excesiva alimentación, su incorrecto patrón respiratorio, su casi ausente contacto con la poderosa energía de los rayos solares, su inmovilidad crónica y falta de movimiento, su consumo de drogas aceptadas como el tabaco y el alcohol, y el derroche indiscriminado de su energía sexual. Todo un libro merece este importante tema...

Si tú que lees estas líneas estás realmente interesado y fascinado por el poderoso potencial que te espera en tu probable futuro, debes necesariamente aprender a generar, gestionar y aprovechar tu energía física. Debes comenzar a tomar conciencia de esta fuente energética de Poder que hay en ti y atesorarla con tus elecciones.
Si quieres convertirte en una persona poderosa, debes pensar en ti mismo como en una espada brillante, como en un rayo de energía que hay que alimentar y preservar. Cada elección correcta en tu estilo de vida es un golpe que la afila y la hace brillar y poderosa cada vez más.
Con esta espada brillante y afilada podrás potenciar tu conciencia y abrirte paso con poder, rectitud y respeto en el camino de tu vida.

Enriquece el jardín de tu Conciencia

Tu vida, las circunstancias en las que te encuentras ahora, las personas que conoces y las oportunidades que se te presentan, están guiadas por un fino hilo, como la música orquestada por una partitura. Esta partitura es como el guión de un programa informático. Te guía a través de cada variación de tu vida, seas consciente de ello o no. Esta "partitura" o "guión" es tu Conciencia. La Conciencia es todo ese trasfondo inconsciente de cada individuo, formado por sus creencias, expectativas, miedos y sueños.

Si pudiéramos conocer íntimamente la Conciencia de cada individuo, también podríamos conocer su futuro probable, **ya que el futuro de una persona es el espejo y el reflejo de su Conciencia.**

La nota positiva de esto, es que este Guión, esta "partitura", la Conciencia de hecho, no está fija dentro del individuo, sino que puede ser cambiada conscientemente exponiéndola a pensamientos y emociones específicas. Este es un trabajo que puede y debe ser consciente en cada individuo.
Tú que estás leyendo esto, seas consciente de ello o no, tienes las riendas de tu futuro en tus manos. Tienes la oportunidad de cambiar los resultados y acontecimientos de tu vida cambiando consciente e intencionadamente el espectro de tu Conciencia. Cada aspecto de tu vida: amor, dinero, salud, bienestar, depende en gran medida de cómo los sientas y concibas dentro de esa parte secreta que hay en ti.

Al empezar a trabajar conscientemente en estos aspectos individuales, puedes grabar y esculpir el espíritu dentro de ti, de modo que refleje un nivel nuevo y positivo de bienestar y plenitud en todos los aspectos.

Esta es una oportunidad preciosa que la vida te ofrece y que necesariamente debes aprovechar y atesorar si quieres llevar tu vida a un nuevo nivel y darle un nuevo significado.

Crear valor: ayuda a los que te rodean y al mundo si puedes hacerlo

Si estás corriendo detrás de tu éxito personal, pero no lo estás consiguiendo, pregúntate cuánto lo deseas realmente (¿forma parte de tu misión en la vida y de tu

crecimiento como individuo?); cuánto estás trabajando en ello (¿estás trabajando en ello y tomando ACCIONES EFECTIVAS TODOS LOS DÍAS, o estás trabajando en ello un par de horas los fines de semana o cuando 'tienes tiempo'?).
Sobre la creación de VALOR: ¿tu trabajo o negocio se centra únicamente en tu beneficio personal o realmente contribuye a mejorar la vida de las personas en algún aspecto? ¿A qué escala trabajas? ¿Local, nacional o mundial?

Uno de los mayores ingredientes de su Poder es su éxito es la ecuación Valor/Diferencia.

Hagas lo que hagas en tu trabajo, en tu afición o en tu pasión, cuanto mayor sea el Valor que crees, cuanto mayor sea la contribución que estés haciendo, más serás eventualmente apreciado y pagado. Si realmente quieres alcanzar una posición de poder, de satisfacción personal y eventualmente económica, necesariamente debes trabajar en producir y difundir algún beneficio, tangible o intangible a personas cercanas o lejanas a ti. Tu trabajo no debe ser "autorreferencial" ("he hecho esto", o "he trabajado 10 horas"), sino: "lo que hago y produzco genera beneficios de esta manera concreta a más gente".

Con las páginas que estoy escribiendo en este libro, es mi intención darte Valor a través de la creación de una nueva mentalidad, un nuevo *Mindset* que te liberará de los estereotipos dañinos y obsoletos en los que has sido entrenado desde tu infancia. Te ofrezco la píldora roja que te hará verte a ti mismo y al mundo que te rodea de forma diferente. Mi intención con este libro es inspirarte para que te conviertas en una persona mejor, más poderosa y valiosa, inculcándote una visión de tu grandeza potencial. Pretendo hacerlo proporcionándote patrones de pensamiento y funcionamiento de la vida real que te convertirán en una persona de éxito y valiosa, hagas lo que hagas o hayas decidido hacer.

Estoy escribiendo este libro para que hable por mí incluso cuando duermo y para que pueda aportarte valor, cuando sea y donde sea que tú y yo estemos en este preciso momento.

Mi declaración de valores, hecha con este libro, es ayudarte e inspirarte más allá de las barreras del espacio y el tiempo.

Te lo digo para que te des cuenta de que cualquier trabajo que estés haciendo o pretendas hacer, tiene que estar necesariamente enfocado a tu aportación personal y al beneficio que has decidido dar al mundo.

Para alcanzar la *Mentalidad de* Producción de Valor, tienes que desconectarte tanto del pensamiento de "hacer por hacer" como del pensamiento de "hacer para crear y dar a los demás".

El mundo reacciona al valor que produces y distribuyes. Tienes que desarrollar la mentalidad del Creador y salir de la mentalidad del puro Consumidor.

La ecuación del Valor está directamente vinculada a la de su Difusión. Cuantas más personas se beneficien de lo que haces o creas, mayor será el volumen de Beneficio producido.

Sea cual sea la escala a la que opere o trabaje, debe necesariamente abrazar la idea de creación de valor y, si es posible, extenderla al mayor número de personas.

Sea cual sea el nivel de "Juego" en el que te encuentres, céntrate en el beneficio de aquellos a los que puedes ayudar y amplía lentamente tu influencia, involucrando finalmente a tantas personas como sea posible. En ese momento, tu éxito y el aumento de tu poder personal serán matemáticos. No tengas miedo de empezar poco a poco para llegar a lo grande. Concéntrate en tu siguiente paso y, al final, tu éxito estará asegurado.

Mantén el listón alto y nunca te traiciones a ti mismo

Tu Verdad es UNA y debes respetarla. Cada uno de tus sueños es un corazón que late en tu vida. **Por muy lejos que te sientas en este momento de aquello a lo que aspiras en la vida, debes guardarlo celosamente en tu corazón.** Debes pensar en ello, imaginarlo y saborearlo cada día de tu vida. Debes cuidarlo como si fuera tu hijo y lo más preciado que tienes. Si tu sueño nace en lo más profundo de ti, está ahí y existe en potencia, esperando a que le prestes una atención constante, entonces crecerá, se desarrollará y aparecerá en el mundo real.

Los sueños son tan etéreos como reales. Crecen gracias a tu atención, como el agua para una planta o la leche materna para un bebé. Quizá tu sueño aún no se haya hecho realidad, pero la pregunta es: ¿cuánta agua, cuánta leche, cuánta ATENCIÓN le has prestado? ¿Se la has dado sólo de vez en cuando, o te has acordado de él todos los días y lo has amado y nutrido?

Demasiadas personas desean algo pero no lo buscan ni lo cultivan lo suficiente como para prestarle toda su atención y sentirlo. No tienen paciencia para esperar a que crezca y se haga visible.

Del mismo modo que no puedes tener un perro o un gato en casa y alimentarlo sólo los fines de semana y de vez en cuando, tampoco debes pensar en tu sueño sólo cuando te apetezca, de lo contrario lo matarás.

Quizá pensó que soñaba demasiado y redujo su sueño a uno más pequeño. No, no tienes que hacer eso. No puedes pedirle al sol que brille menos. Tu sueño es como un sol dentro de tu alma y debes aspirar a él como un gran sentimiento, en toda su plenitud y grandeza.

Es tu derecho creer y alimentar tu sueño, por grande y aparentemente inalcanzable que parezca en ese momento. **No hay sueño demasiado grande para quien le dedica todo su corazón, su mente y sus manos.** Por supuesto, también hacen falta "manos" para trabajarlo en el mundo material, a menudo más tiempo del que habías esperado.

Si alcanzas el sueño reducido en tus expectativas, puede que no lo disfrutes plenamente.

Debes aspirar al máximo, de lo contrario brindarás por una victoria que no te hace feliz.

Lo mejor es lo que alimenta tu espíritu, cuando tu alma se regocija radiante como un niño que desenvuelve regalos el día de Navidad.

Síguete a ti mismo y aspira a lo que alimenta tu alma. No hay mejor fórmula para el éxito personal. Estás aquí para evolucionar, y evolucionas cuando logras algo que realmente enriquece tu mente y tu espíritu.

Nunca te traiciones renunciando a la grandeza de los sueños de tu corazón. Están ahí para guiarte por la belleza y las alegrías de tu vida.

Piensa en infinito y te convertirás en infinito

Eres tan grande como la idea que tienes de ti mismo. El principio de tu Poder parte del centro de ti mismo y de la idea que tienes de ti mismo. Para cambiar tu vida a mejor, tienes que cambiar necesariamente la idea que tienes de ti mismo en este momento. La buena noticia es que esta concepción que tienes de ti mismo es cambiante y puedes cambiarla trabajándola con ciertas metodologías que te explicaré en la segunda parte de este libro.

La vida, y en particular tu vida, debe ser un camino de crecimiento y realización. Te corresponde en este momento la preciosa oportunidad y responsabilidad de cambiarte a ti mismo y, en consecuencia, al mundo en el que vives. No puedes cambiar tu mundo si no empiezas a cambiarte a ti mismo.

La concepción que tienes de ti mismo te permite ver la vida en términos de posibilidades potenciales y de éxito. Si te fijas en los peligros o en las cosas que 'no funcionan', siempre los encontrarás en tu camino. Si, por el contrario, te levantas por la mañana con la profunda concepción de que 'todo lo mejor te espera y te corresponde' entonces, igualmente, lo encontrarás en tu camino.

Por muy desanimado y deprimido que tú, lector, puedas sentirte ahora mismo, quiero darte una buena noticia: LO MEJOR DE LA VIDA TE ESTÁ ESPERANDO. ¿Por qué te digo esto? Porque yo he pasado por lo mismo. Desde una posición de depresión y bajo poder personal, trabajé sobre mí mismo con las herramientas que en breve te explicaré, y finalmente encontré un camino de crecimiento, descubrimiento y autorrealización. Mi vida empezó a florecer y a traerme experiencias vitales y estados de ánimo que raramente habría podido alcanzar si hubiera permanecido sumida en la inercia y la oscuridad anímica en la que me encontraba al principio de mi camino de crecimiento personal. Quiero darte las herramientas y la motivación para que inicies con éxito el camino que yo seguí, para convertirte en la mejor versión de ti mismo y vivir la mejor vida posible. **La vida es abundancia si empiezas a pensar en abundancia.** Tienes que empezar a ver el potencial de una hermosa flor incluso en la flor más estéril. Todo en la vida es evolución y debes participar en este importante viaje. Tarde o temprano, la vida recompensa a aquellos que han tenido la suficiente Visión e Imaginación para sentir y ver una mejor versión de sí mismos. Estas no son palabras de motivación sino palabras de poder: yo lo he hecho y lo sigo haciendo, y tú que estás leyendo esto ahora mismo PUEDES hacerlo también. No creas a los que te rodean y al entorno actual que te rodea. Debes **dejar de ser un producto de la sociedad en la que vives y de tu entorno, y convertirte en un producto deliberado de tu Mente y Conciencia.** Debes cuidar el jardín secreto dentro de ti con Pensamientos y Emociones potenciadores, para que progresivamente te conviertas en una mejor persona y tengas experiencias emocionantes. Debes hacerte lo suficientemente grande como para creer que un día serás capaz de hacer una contribución a la sociedad y al mundo.

Tienes que salir de tus limitaciones actuales y pensar que eres infinito. El camino no será fácil pero yo te mostraré el camino y las poderosas herramientas que voy a poner a tu disposición. Debes moldear tu conciencia, tu software interno que te guía, porque ahí es donde empieza todo. Empieza a pensar en ti mismo como infinito y un día seguro que llegarás a serlo, como el sol sale cada mañana y como todo gran árbol ha crecido de una pequeña semilla.

SEGUNDA PARTE

ACCIÓN

La acción CREA REACCIÓN

La acción es el verdadero catalizador del cambio.

Todo empieza en la mente, pero no puedes esperar resultados tumbado en una hamaca en el Caribe esperando que el coco caiga en tu mano. Claro que es posible, pero tienes que poner de tu parte si de verdad quieres crear un cambio.
No puedes cambiarte a ti mismo ni cambiar tu vida si sigues permaneciendo en tus mismas vías mentales. Necesariamente debes pasar a un trabajo real y concreto que te pida afectar tu mente con nuevos pensamientos y emociones que cambien tus vías neuronales hasta el punto de cambiar cada fibra de tu ser. Este trabajo tiene como objetivo convertirte en una persona mejor y más poderosa de ti mismo. Cuando hayas conseguido cambiar tu mente y tu espíritu/conciencia en lo más profundo de tu ser, nada volverá a ser como antes. Tu vida misma empezará a cambiar, porque tú serás diferente: jugarás a un nuevo nivel en tu viaje vital personal. Tu vida empezará a reflejar estos cambios interiores: casi imperceptiblemente al principio, porque todo cambio pasa por un lento proceso de maduración. Después de algún tiempo de este trabajo específico con tu Conciencia, te encontrarás en situaciones nuevas y te alcanzarán oportunidades inesperadas que nunca te habrían tocado si hubieras permanecido en tu antiguo "yo".

Este capítulo está dedicado al Cambio Activo, es decir, a la acción no sólo mental, sino también en el mundo "tridimensional" y material. Quiero que empieces a pensar en las acciones y ejercicios mentales que te propondré en esta parte del libro como acciones reales: **el trabajo sobre tu imaginación y tu Visión tiene un peso tan intangible como real y es capaz de producir cambios poderosos en tu vida.**

El trabajo sobre la Conciencia, como matriz de todo cambio, es tan real como lo que hace el agricultor en su campo: quita las malas hierbas y lo limpia, luego lo ara y,

finalmente, lo siembra. Como cualquier buena cosecha, el **trabajo sobre la propia Conciencia requiere compromiso y determinación.** El trabajo debe estar enfocado y dirigido como cualquier otro trabajo. Es intangible, pero eficaz y poderoso.

Limpieza mental y emocional

El primer paso del cambio es una limpieza de lo superfluo, es decir, crear "lo vacío" para generar "lo lleno".

La sociedad actual mantiene ocupadas en emociones y pensamientos basura al 97% de las personas que no han iniciado seriamente un camino consciente de crecimiento personal. Los medios sociales, utilizados sin una conciencia orientada al crecimiento, generan una verdadera contaminación mental y emocional. Tu conciencia es como una planta: ¿cómo puedes esperar que crezca sana y produzca flores y frutos hermosos, si la alimentas y la inundas a diario con las aguas residuales de la cloaca mediática?
Necesariamente debes tomar conciencia de lo que dejas pasar por tus ojos y oídos a través de los canales actualmente más utilizados para hilvanar y aturdir tu mente y tu espíritu.

Si realmente quieres cambiar a mejor y convertirte en un individuo poderoso, tienes que eliminar y erradicar de tu mente toda la basura que pones ahí cada día a través de aquello a lo que prestas atención, consciente o inconscientemente. Tienes que empezar a elegir cuidadosamente lo que ves en las redes sociales, lo que escuchas y lo que lees, como elegirías a tus amigos más cercanos y a tu compañero de vida. Debes convertirte en el guardián del umbral de tu Conciencia. Si no lo haces tú, nadie lo hará por ti. Llegarás al final del día lleno de imágenes, sonidos, pensamientos y emociones que has dejado pasar descuidadamente por el jardín de tu Conciencia.
Desde el momento en que dejes de seguir y asimilar pasivamente el torrente de basura social al que estás expuesto a diario (vídeos, noticias, anuncios y demás), no sólo harás un importante trabajo de limpieza interior, sino que crearás un vacío fundamental para luego inyectar poderosas aportaciones de cambio en ti y en tu vida.

Desarrollar el arte de la ignorancia selectiva

Como aprenderás en este libro, tu Poder reside en tu capacidad para dirigir tu Enfoque, tu Concentración y tu Atención hacia algún propósito y meta específicos para la mejora de ti mismo o el logro de alguna meta importante en tu vida. Cualquier cosa que te robe este poder, te aleja de alcanzar la mejor versión de ti mismo y de tu vida.

Si quieres atesorar este Poder, debes excluir necesariamente todo lo que lo impida, y lo primero es la distracción, es decir, la pérdida de concentración.

Probablemente pases parte de tu tiempo reaccionando a los mensajes de tus amigos o desconocidos en las redes sociales, o desplazándote constantemente por fotos y vídeos divertidos. O pasas el tiempo comentando las noticias que ves en la tele o lees en algún sitio, haciendo tuya la carga de emociones que conllevan, que suelen ser emociones negativas. Tal vez te sientas triste por lo que le ha ocurrido a la persona x, o a la persona y, a miles de kilómetros de ti y de lo que probablemente no te habrías enterado tan solo unos años antes.
Toda esta basura oscurece tu mente y carga innecesariamente tu alma. Toda esta masa de noticias es realmente inútil para ti y para tu vida. Si realmente quieres mantener tu Poder y quieres aumentarlo, tienes que alejarte de esta nube gris, de este lodazal mediático que te desvía de tu dirección personal. Debes desarrollar una sana "ignorancia selectiva". Debes aceptar en tu mente y en tu interior sólo aquello que pueda ser valioso para tu crecimiento como individuo y como ser humano, o que sea útil para un propósito que te hayas fijado. Debes aprender a dirigir las velas de tu preciosa Atención y Enfoque sólo hacia lo que es sano y útil para tu crecimiento. Aparentemente esta elección puede parecerte egoísta, pero es un egoísmo sano. El mundo y una sociedad sana no deben ser fundados por personas constantemente distraídas por cosas fútiles e inútiles, y por personas preocupadas por el peso y las emociones de algo que probablemente nunca les tocará. Una sociedad sana debe estar fundada por personas que hagan un uso adecuado de su atención y se centren en su propia superación y mejora personal: sólo entonces la sociedad será la expresión sana de individuos autodirigidos que no estén perpetuamente distraídos por ese mar de medios de comunicación y basura "social", donde uno se convierte en espectador y nunca en actor.

El poder del momento presente

Eres el producto de tu ayer y eres la promesa de tu mañana. Tu mañana se basa en tu ahora. **Todo lo que serás depende de cómo utilices ese momento mágico que es el momento presente.**

Puede que estés pensando en el pasado y preocupándote por tu futuro, pero lo realmente importante para la creación de tu nuevo, poderoso y glorioso mañana es el mágico momento presente. **En el AHORA existe la magia del cambio.** En lo que estás centrando tu atención en este momento y en cada uno de tus momentos presentes, crea y cambia tu conciencia, como un pequeño golpe de cincel en la construcción de una escultura. Cada "ahora", bien utilizado, representa tu pincelada a la obra de arte de tu vida. Cada uno de nosotros, incluido tú, tenemos esta preciosa oportunidad de crear nuestras vidas utilizando nuestro precioso y mágico "ahora" sabia y productivamente. **Donde vaya tu atención y tu acción en este preciso momento, allí irá tu vida.** Seas consciente de ello o no, tienes a tu disposición infinitos momentos escaneados en tu vida, y cómo utilices estos momentos formará en consecuencia tu nuevo tú e inevitablemente dará forma a tu existencia.

¿Estás atesorando tu precioso "ahora" para crear tu nuevo y poderoso "tú" del mañana? ¿Estás comprometido con tu crecimiento como individuo y como persona? ¿Inviertes en ti mismo esforzándote por convertirte en la persona más sabia y experimentada en tu campo de acción? ¿Respetas tu preciosa energía vital tomando decisiones conscientes y saludables en cuanto a alimentación y estilo de vida? ¿Estás empleando tu valioso tiempo en leer valiosos libros o ver tutoriales en vídeo que pueden hacerte más sabio, más experimentado o mejor como individuo o profesional?

Si aún no lo estás haciendo, empieza ahora. Sí, ahora mismo. **No hay "mañana" para quienes comprenden el valor de su tiempo y el enorme poder creativo que existe en el momento presente.**

Tal vez en este momento hayas perdido el contacto contigo mismo y con tu vida, y te sientas como un barco zarandeado aquí y allá por las olas de la existencia. Las obligaciones, las convenciones sociales, el miedo a defraudar las expectativas de los demás y el tiempo perdido viendo basura en las redes sociales, en la televisión y en los periódicos de cotilleos, noticias, deportes e "influencers".

Quizá haya llegado el momento de limpiarte y desintoxicarte de todo aquello que no enriquece tu vida de alguna manera. No es una tarea imposible, puedes empezar por las pequeñas cosas y por lo que puedes hacer ahora. **Empieza por valorar tu momento presente, dirigiendo sabiamente tu preciosa Atención, porque es ahí donde reside tu potencial inexpresado y depende de ti sacarlo a la luz, capitalizando los infinitos momentos de tu vida.**

Te convertirás en la persona más poderosa, feliz y realizada al descubrir uno de los poderes más grandes de la vida, el poder que es capaz de moldear poderosamente tu vida, haciéndola creativa, productiva y capaz de darte casi cualquier cosa que desees. Este Poder, que estás en el momento de conocer, es el **Poder del Enfoque** o tu **Atención Focalizada sostenida en el tiempo**.

El poder de la concentración

Ahora quiero revelarte un Secreto, un gran Secreto. Espero que estés preparado para comprenderlo, porque puede cambiar tu vida por completo. Soy consciente de que entre mil personas que lean estas líneas, sólo dos o tres tendrán la audacia de comprender su grandeza y aplicarlo diligentemente en sus vidas. Este pequeño número de personas son las que conseguirán hacer de sus vidas una obra maestra en términos de belleza, crecimiento y satisfacción. Lo harán porque se habrán dado cuenta del valor de este único punto que, si se aplica más allá de la pura comprensión intelectual y se pone en PRÁCTICA diaria, puede convertirles en Reyes en todos los campos de aplicación.

La vida, en todos sus aspectos, se rige por la atención mental e imaginativa personal. DONDE VA TU ATENCIÓN, ALLÍ VA TU VIDA.

Sea cual sea la dirección que haya tomado tu vida en este momento, es fruto del enfoque que TÚ, consciente o inconscientemente, has puesto en tu pasado.

Cualquier aspecto de tu vida, como tu nivel económico actual, tu estilo de vida, tus relaciones y todo lo que rodea tu vida en este momento, es un reflejo de cómo la pensabas e imaginabas ayer. Puede que le resulte difícil aceptar esto ahora mismo, especialmente si las condiciones que está experimentando actualmente no son las que esperaba. La buena noticia es que puedes utilizar el poder del momento presente para redirigir tu Enfoque, es decir, tu intención, imaginación y expectativas en la dirección que decidas. Eres el Rey de tu vida, aunque hasta ahora no hayas sido consciente de ello. **La vida que has vivido hasta ahora es un espejo de tu Conciencia de ayer.** Con este conocimiento puedes crear una nueva Conciencia y una nueva vida a partir de este mismo momento, y nunca es demasiado tarde para hacerlo. Aquello a lo que le quites la atención se irá apagando poco a poco y desaparecerá. **Aquello a lo que prestas atención CONSISTENTEmente empezará a aparecer.** La sincronización de los acontecimientos en la vida se rige por tu nivel de atención y enfoque mental e imaginativo. Si en tu camino esperas encontrar sólo piedras, eso es exactamente lo que encontrarás y con lo que probablemente tropezarás. Si, por el contrario, esperas encontrar pepitas de oro en tu camino, esas son las que inevitablemente encontrarás.

La realidad es difícil de aceptar y el camino de la responsabilidad personal es difícil de hacer propio. Tú eres responsable de tu vida y de lo que te ocurre, y cuanto antes aceptes esta verdad, antes podrás empezar a cambiar conscientemente tu vida para mejor.

Como escribí al principio: quizá sólo dos o tres de los que lean estas palabras logren cambiar poderosamente sus vidas para mejor. Todos los demás habrán considerado "herejía" la verdad que acabo de exponerles, o simplemente la habrán aceptado como cierta, pero no se habrán puesto manos a la obra en el duro trabajo de cambio mental y de percepción que les espera.

Sólo TRES de cada mil lo conseguirán, y TÚ realmente quieres estar entre ellos.
Yo estoy aquí para mostrarte el camino, pero tendrás que ser tú quien lo recorra de forma DECISIVA, PERSISTENTE y CONSTANTE.

Un día los demás te verán como 'afortunado', 'talentoso', 'exitoso', pero no sabrán el hecho de que te has convertido en el maestro de tu nivel de atención, tu intención consciente y tu imaginación. En la vida, TODOS tenemos las mismas herramientas mentales, pero muy pocos han tomado conciencia de ellas y han decidido utilizarlas en su vida.

Si realmente quieres obtener lo mejor de tu vida, tienes que tomar conciencia del Poder que te pertenece y tienes que empezar a utilizarlo de forma enfocada y consciente. Tienes que empezar a dirigir el enorme Poder de tu Enfoque, de tu Atención, de tu Imaginación y de tu Expectativa, SÓLO A LO QUE DESEAS QUE APAREZCA EN TU VIDA Y SÓLO A LA PERSONA QUE QUIERES SER EN TU VIDA. El pasado es pasado y tu futuro reflejará inevitablemente cómo utilizas tu momento presente, IMAGINÁNDOLO Y VIVIÉNDOLO Y ESPERÁNDOLO AHORA.

Aunque hayas aceptado como cierta esta Verdad que acabo de revelarte, esto no será suficiente para atesorarla de verdad y ver sus frutos reales en tu vida. Lo que **se necesita es un trabajo duro y constante sobre tu Conciencia**, es decir, sobre tu software mental que crea y dirige cada acontecimiento de tu vida.

Tendrás que aprender a comprometer tu mente y tu conciencia en un nuevo Tú y en un nuevo nivel de vida.

Un nuevo Potencial de Vida ya existe en este momento, pero no puede formar parte de tu vida hasta que tú formes parte de él y ya vivas en él.

Tendrás que currártelo con trabajo constante, pero te aseguro que si perseveras, algún día lo conseguirás.

Y aquí estoy a punto de revelar otro gran y poderoso secreto: los cambios en tu software mental, en tu Conciencia toman tiempo y compromiso, pero la vida nunca ha traicionado a aquellos que han dirigido persistente e incondicionalmente su Poder de Enfoque.

El poder de la persistencia incondicional

Cada vez más generaciones crecen y se alimentan de la satisfacción efímera de la gratificación instantánea: un vídeo de 30 segundos, o un "me gusta" en una "social" de una persona a la que siguen.

El Poder del Enfoque, una herramienta muy poderosa a tu disposición para crear un nuevo Tú Poderoso y para crear una vida plena y rica, está latente dentro de ti, precisamente por esta falta de Enfoque.

Déjame contarte un secreto: ninguna Pirámide, ninguna gran Obra o Empresa se creó de la noche a la mañana. Lo que parecen éxitos extraordinarios o grandes Obras de Arte son la consecuencia natural de un trabajo concentrado y persistente a lo largo del tiempo en una dirección muy precisa. Cada pequeño grabado o matiz creado es el resultado de un trabajo constante y preciso. Este es el Poder que quiero revelarte ahora: **el Poder de la Persistencia Incondicional.**

Si quieres ir en una dirección concreta, necesariamente debes mantener el timón y las velas de tu barco apuntando en una dirección concreta, TU dirección, es decir, la dirección que tú mismo has elegido con vistas a tu crecimiento personal y a la creación de tu mejor vida.

Si realmente quieres descubrir y abrazar tu Poder y renacer a un nuevo potencial, tienes que volver a familiarizarte tanto con el Enfoque del momento presente como con el Enfoque a medio y largo plazo.

¿Cuántas cosas has empezado con entusiasmo para abandonarlas al cabo de una semana o un mes? En esta sociedad de "gratificación instantánea", debes aprender a navegar incluso de noche y en ausencia de luz, cuando aún no puedes ver tu destino "a la vista". **Debes aprender necesariamente el arte de la Persistencia Incondicional, del trabajo constante y diario incluso en ausencia de resultados inmediatos.** Se trata de un arte ancestral que debes, hoy más que nunca, reapropiarte si quieres convertirte en la mejor y más poderosa versión de ti mismo y si quieres construir y vivir una vida de belleza, armonía y satisfacción.

Al igual que el libro que estoy escribiendo en este momento, sé que aún necesito ríos de palabras para terminarlo y tenerlo por fin en mis manos. Desconozco el día y el momento en que tú, lector, podrás por fin leer y, espero, hacer tuyas estas palabras, pero sí sé en mi interior que cada palabra escrita encontrará un día su camino para inspirar a aquellos cuyos corazones estén dispuestos a dejarse tocar por estos pensamientos de libertad y evolución, que es mi intención transmitir.

Este es el trabajo de Persistencia Incondicional y Enfoque Persistente que necesariamente debes hacer tuyo si realmente quieres sacar lo mejor de ti, ya sea en una cualidad que quieras adquirir o en una hazaña que quieras lograr en tu vida.

Es un trabajo importante que necesariamente debes aprender si quieres renacer en una versión mejor y más poderosa, si realmente quieres convertirte en tu mejor yo.

Sea cual sea la dirección que hayas decidido seguir y la empresa en la que hayas decidido embarcarte, debes estar preparado para prestarle una atención constante con un trabajo persistente e incondicional. Este trabajo debe ser tanto mental como **"real", con acciones precisas** encaminadas a lograr el "siguiente paso".

Tiene que ser **diario**, como si estuvieras aprendiendo a tocar el piano, aprendiendo un nuevo idioma o haciendo ejercicio en el gimnasio por la salud de tu cuerpo.

Este mundo necesita personas que se centren poderosamente en un objetivo de crecimiento consciente y superación personal, porque ésa es la naturaleza de este mundo. Para salir de la inercia y la deriva existencial en la que se encuentran casi

todas las personas en el momento de escribir estas líneas, uno debe recuperar la posesión de su poder personal y de su tiempo. **Uno debe atesorar sus momentos de vida y su poder de elegir dónde y cómo utilizarlos.**

Quienes lo hagan, aun sin resultados inmediatos, serán testigos de su crecimiento tanto personal como en sus opciones vitales. La vida les recompensará en todo y en todos los ámbitos.

Presión y tiempo: el secreto de todo gran éxito

Sea cual sea el deseo que tienes en el corazón, sea cual sea la distancia que ahora te separa de él, existe una fórmula secreta que te permite un día hacerlo realidad en tu vida.
Este secreto es la **presión y el tiempo**.
Es como forjar metal, escalar una montaña, completar un proyecto importante o escribir un libro.
Lo que se necesita es presión y tiempo.

La presión es la combinación de Atención, Intención y Acción Enfocada. Esto significa que **si realmente quieres conseguir algo, debes tenerlo arraigado en tu corazón, debe estar escrito en tu mente y cosido a tu alma**. Tu deseo de lograrlo debe ser un fuego siempre encendido, debe arder dentro de ti con una motivación ardiente.
Demasiadas personas desean "algo", pero no tienen en su interior esa chispa ardiente que caracteriza a quienes verdaderamente desean algo con todo su ser.
Si de verdad quieres conseguir algo, debe ser el primer pensamiento con el que te levantes por la mañana, y el último por la noche cuando te vayas a dormir. Debe convertirse en una dulce obsesión. No un deseo desenfrenado, sino un rayo de sol que te calienta el corazón cuando piensas en ello, y te da fuerzas cada día para centrarte en ello, en la siguiente acción concreta y en el siguiente paso.
El otro factor, además de la presión, es el tiempo.
El tiempo pone a prueba a todo el mundo a la hora de alcanzar sus deseos y objetivos. Demasiada gente quiere una cosa hoy y otra mañana. El problema del ser humano es su falta de enfoque constante en el tiempo. "La gota horada la roca más dura", "Los arroyos cavan montañas". **Si realmente quieres conseguir algo, tienes que estar dispuesto a trabajar en ello TODOS LOS DÍAS, con la debida concentración, intención y acción**. Tienes que estar dispuesto a actuar pase lo que pase, incluso cuando no tengas certeza de su consecución y no puedas ver el final de tu camino. El tiempo es un factor que pone a prueba tu determinación y la constancia de tu enfoque. Cuando llegues a la cima de lo que quieres conseguir, seréis pocos, porque otros se

habrán rendido antes que tú, sin haber tenido en cuenta que a veces el camino puede ser más largo de lo que esperas, por lo que debes continuar con el mismo empeño y determinación de siempre, además de Fe. La Fe es ese factor que te dice que más allá de la oscuridad de la montaña, hay un sol que saldrá tarde o temprano, porque tú vas hacia él.

La presión y el tiempo son los ingredientes secretos de todo éxito: aprovecha su fuerza y nada, realmente nada, te resultará imposible de conseguir.

El poder del efecto compuesto

A medida que comiences a acumular acciones dirigidas hacia una meta específica, utilizando tu Poder de Enfoque y Persistencia Incondicional, tus acciones comenzarán a acumularse más y más y a ganar aún más impulso y poder.
Se trata de un proceso muy poderoso y se puede ver en acción en prácticamente todos los ámbitos de la vida, una vez que se ha superado la situación de iniciar un camino.

Si quieres aprender a tocar el piano, las primeras veces que pongas los dedos sobre el teclado probablemente te sentirás perdido y desanimado. Tendrás que buscar constantemente la tecla correcta y lo que toques resultará en un sonido confuso de teclas. Después de un poco de práctica, tus dedos empezarán poco a poco a coordinarse y tu mente empezará a desentenderse del proceso y, poco a poco, surgirá un sonido cada vez más fino y coordinado hacia el sonido de una pieza musical.

Lo mismo ocurre con aprender un idioma y aprender a surfear. El principio siempre es lo más difícil y la práctica hace que el aprendizaje sea cada vez más agradable y preciso.

Las pequeñas acciones repetidas comenzarán a acumularse y a ganar impulso, lo que finalmente conducirá al dominio de la acción y, finalmente, a la Maestría.

En tu camino de crecimiento personal y de alcanzar tu poder personal y tu máximo potencial, tienes que superar la inercia y el estancamiento del principiante. Los comienzos siempre son difíciles para todos. Lo **realmente importante es persistir en la acción directa y enfocada hacia el objetivo que pretendes alcanzar**. Este compromiso debe ser constante y, a menudo, **diario**. Este compromiso constante no sólo permite que se creen en nuestra mente nuevas vías neuronales de capacidad y maestría cada vez mayores, sino que también te permite crear y grabar cada vez más dentro de tu parte más profunda de Poder Creer.
Cuando empieces a crear y veas los primeros resultados, la consecuencia es que ganarás aún más impulso para obtener más resultados. Poco a poco, el efecto generado se acumulará más y más, convirtiéndose en un "efecto compuesto".

El proceso es similar a construir una casa, donde tu casa es la consecución de un objetivo concreto. Empiezas por los cimientos y, bloque a bloque, ladrillo a ladrillo, empiezas a ver perfilada la geometría de tu casa. Una geometría que antes sólo podías ver en tu mente y que luego, poco a poco, siempre utilizando tu Poder de Enfoque Incondicional y Persistencia, empiezas a ver en la realidad. El proceso no sigue una secuencia lineal: a medida que tus pensamientos enfocados y tus acciones alineadas comiencen a acumularse más y más, ganarás cada vez más impulso hasta que gradualmente alcances tu meta.

Esta es una poderosa verdad que pocos conocen, porque pocos han empezado y persistido en el mismo camino, a menudo durante años y años, a veces incluso sin resultados. La mayoría de las personas no tienen un propósito o una dirección específica, y si la encuentran y se embarcan en ella, a menudo no persisten en esa misma dirección hasta que progresivamente capitalizan los resultados y logran los beneficios del *efecto compuesto*.

La persona que va al gimnasio por primera vez se ve en el espejo "tal como es" en ese momento, es decir, quizá con sobrepeso y poca masa muscular. Los ejercicios que tendrá que realizar y las sesiones de entrenamiento se harán siempre frente al mismo espejo, a menudo implacable, que refleja cada pequeño defecto o carencia. Por lo tanto, esa misma persona debe tener siempre ante los ojos de su mente ese físico o esas cualidades que desea alcanzar poco a poco. Debe entrenarse con "Persistencia Incondicional", sesión tras sesión, poniendo en ello todo su esfuerzo y "corazón". Sólo al cabo de cierto tiempo comenzarán a verse los primeros resultados, y el espejo empezará a reflejar la imagen que tenía firmemente grabada en su mente. En ese momento llegará el "empujón" del efecto compuesto que le dará un nuevo impulso. Este "impulso" del efecto compuesto nunca habría llegado si no hubiera tenido en su mente la imagen del resultado obtenido y no hubiera perseverado incluso en ausencia de resultados inmediatos.

Así es la vida en todos los ámbitos. La concentración, la tenacidad, la paciencia y la dirección son necesarias para que el espejo de la vida comience a conformarse y a reflejar la imagen que uno tiene en mente.

Enfrentándose a un obstáculo tras otro, tu ego se "pule" hasta que brilla como una gema y refleja cada vez más el Poder que te pertenece por derecho desde tu nacimiento.

La realidad invisible de la Manifestación

Vivimos en un Universo inmanifestado que sólo pide la posibilidad de colapsar en la

realidad tridimensional. Cualquier posibilidad existente y potencial ya existe en este momento. **Cualquier experiencia posible está esperando a que alguien la capte primero a nivel potencial y energético, y después a nivel material y físico.**
Cualquier "beso" que estés buscando, cualquier emoción, cualquier acción, sentimiento o experiencia que estés buscando, debes saber que ya existe. Para alcanzarla, sólo tienes que iniciar el proceso de ENFOCARTE a partir de tener YA, hacer YA y ser YA lo que quieres poseer, experimentar y encarnar en la realidad.
Eres energía, y esta energía transmite una frecuencia precisa en este momento. Cada experiencia potencial también tiene su propio potencial energético, su propia firma energética. Es como si una experiencia de hacer, tener o ser tuviera un precio. El precio que hay que pagar para alcanzar esa experiencia no es monetario, sino de energía y frecuencia vibratoria. Para manifestarla, tienes que crear la "correspondencia" exacta con esa experiencia. Si a nivel energético tienes dinero en el bolsillo para comprarte un café, nunca podrás "comprar" un bonito reloj de marca. Sólo podrás hacerlo cuando, a nivel energético, poseas la frecuencia energética para adquirir y experimentar esa cosa, ese objeto o esa experiencia.

Para conseguirlo, lo primero que tienes que hacer es dedicarte a tu trabajo de Focusing que, repito aquí, nunca debe ser percibido como "trabajo" sino como placer. En tu mente 'ya' estás experimentando el resultado final y, por lo tanto, lo estás disfrutando, en todos los sentidos que puedas poner en ello. Lo estás viendo, lo estás oliendo, lo estás saboreando, lo estás escuchando y lo estás tocando: **¿qué mejor que tener ya la sensación fuerte y real de que ya tienes lo que deseas fuertemente con todo tu corazón?**

El precio que tienes que pagar es doble: para que la realidad te traiga las circunstancias y sincronicidades para llevarte esa "cosa", es imaginarte ya en esa frecuencia energética que te hace feliz y te emociona haciéndote decir en tu interior: "¡Guau! ¡Magnífico! ¡Gracias Universo! ¡Sabía que iba a suceder, que iba a tener esta cosa! ¡Que haría 'esto'! Que me convertiría en "eso".

El otro factor a tener en cuenta es el trabajo de REPETIR EL ENFOQUE O IMPRESIÓN EMOCIONAL en la red cuántica de realidades potenciales, que necesariamente tendrás que hacer no sólo para alcanzar energéticamente la frecuencia vibratoria de tu deseo "YA LOGRADO", sino sobre todo para que esa señal sea ESTABLE.
Cuando, **mediante la repetición,** emitas **constantemente, y** no sólo de vez en cuando, esa **frecuencia precisa**, serás como un faro en la noche, que tendrá como punto fijo lo que hayas fijado en tu mente.

Es un **proceso** real que se crea y construye en lo invisible y no se hace visible en la realidad hasta que el 99% del trabajo de Enfoque se ha llevado a cabo y la frecuencia de esa experiencia se ha creado a un nivel estable dentro de uno mismo.

Es como navegar en la oscuridad hacia una dirección: puede que no veas el agua deslizándose bajo la barca, puede que no veas la distancia que has recorrido pero, en realidad, te estás acercando a tu objetivo. Llegará un momento en el que, continuando con el trabajo de ENFOQUE CONSISTENTE Y REPETIDO, verás aparecer, como por

"arte de magia", aquello que estabas buscando. Será un juego de 'extrañas coincidencias sincronísticas', donde la sincronicidad no es más que el reflejo de tu trabajo enfocado y repetido.

Para conseguir lo que buscas, tienes que dedicarte a este "trabajo" que, en realidad, tiene que percibirse como un "juego de realidad virtual" dentro de tu mente.

Parece fácil, pero no lo es. En este mar de distracciones mediáticas, donde a cada ser humano inconsciente se le roba su poderoso poder de Enfoque y, por tanto, su poder de Creación. Para colmo, son muy pocos los que realmente saben lo que quieren y consiguen mantener el timón de su enfoque en el destino/experiencia deseada.

Ya sean 2, 100 o 1.000 horas en las que tengas que concentrarte, experimentar y vivir dentro de ti la alegría y las emociones asociadas a ese deseo específico "YA LOGRADO"**, depende de ti y sólo de ti llevarlo a cabo**.

Si tienes éxito en este trabajo de Fe y Constancia, nada será imposible para ti.
Una vez que experimentes los primeros éxitos, te volverás imparable y lo utilizarás con provecho en todos los ámbitos de tu vida.
Por favor, haz buen uso de ella y, sobre todo, sin perjudicar nunca a nadie y sin forzar su libre albedrío, que es sagrado e inviolable.
Otros empezarán a creer que simplemente tienes "suerte" cuando tu suerte es el efecto posterior de tu trabajo de **enfoque persistente y constante**.
Ahora sabes que el Poder está dentro de ti, pero ahora sólo depende de ti utilizarlo sabiamente.
Eres un Dios creador pero nunca lo supiste. Ahora lo sabes e intentas convertirte en la máxima expresión de ti mismo y tener las experiencias vitales más hermosas que puedas imaginar.
Tu paraíso puede estar aquí en la tierra si puedes imaginarlo y creerlo posible.
Una vez que lo hayas aprendido, no olvides difundirlo y enseñarlo a quienes parezcan dispuestos a adquirirlo y atesorarlo, tal como he hecho contigo en este libro.
Imagina, vive y crea. Este es tu destino y tu derecho de nacimiento.

Enfoque: Técnica

Esta es la técnica más importante que puedes aprender para lograr **los cambios que deseas en la vida. Es una técnica muy sencilla pero extremadamente poderosa. Debe repetirse al menos una vez al día durante un** periodo de 20 a 30 minutos. No tienes que realizarla cuando estés cansado, sino cuando estés en posesión de todo tu potencial energético. Eres una antena que transmite una señal concreta (lo que imaginas y proyectas en tu mente) y, por eso, debes tener suficiente carga energética para que la señal que irradies sea fuerte y clara. Todas las personas ya realizan esta "irradiación mental", pero lo hacen de forma inconsciente y sin prestar atención a lo que

piensan y en lo que se concentran. Además, no lo hacen sistemáticamente y TODOS LOS DÍAS, como tú tienes que hacer si quieres conseguir conscientemente los cambios que buscas. Tú, siendo ahora consciente del valor y poder del Enfoque, debes elegir cuidadosamente en qué pones tu atención y debes repetir el siguiente procedimiento TODOS LOS DÍAS, para que se convierta en una señal estable y te devuelva por ATRACCIÓN, lo que buscas con tu imaginación y EMOCIÓN.

LA TÉCNICA

CADA DÍA Y DE MANERA SISTEMÁTICA, elige un lugar tranquilo en tu casa o donde no te molesten, cierra los ojos e imagina lo que anhelas. Imagina que ya estás en ese lugar, que estás haciendo lo que quieres hacer y que ya eres lo que quieres ser. Imagínatelo **visual y emocionalmente**. Siente la alegría y el sabor de lo que pides como si "YA ESTUVIERA HECHO". Imaginar y sentir YA en el momento PRESENTE lo que quieres ser, hacer o tener, crea en ti la percepción de que ya lo tienes y eso es REALMENTE TODO. Imagínalo no como una petición, sino como un HECHO YA REALIZADO. Este **imaginar con SENTIR**, repetido CADA DÍA, crea y atrae hacia ti las condiciones y circunstancias más adecuadas para que lo que aspiras ocurra en tu realidad material.

Se trata de un trabajo material y concreto. Cada vez que lo haces, te estás uniendo más y más a aquello en lo que ha estado tu foco y tu imaginación. Nunca debes dudar de que un día ocurrirá esa cosa o esa circunstancia, porque ya ha ocurrido en tu mente. Al imaginar repetidamente esas imágenes en tu mente, y vivir dentro de esa imagen como si ya estuviera creada en tu realidad, te conviertes en esa cosa en sí y ya la posees.

Actúa siempre cuando estés inspirado: la acción es necesaria cuando se requiere **y debes actuar siempre que lo consideres necesario. El enfoque crea los requisitos previos, pero la ACCIÓN crea los RESULTADOS. Siempre y necesariamente debes hacer tu parte también en el mundo material ACTUANDO.**

HAZ BUEN USO DE ESTE PODER Y ELIGE CON CUIDADO LO QUE DESEAS PORQUE SEGURAMENTE LO CONSEGUIRÁS. NUNCA UTILICES ESTE PODER PARA DAÑAR A OTROS PORQUE TE DAÑARÁS A TI MISMO. RESPETA SIEMPRE EL LIBRE ALBEDRÍO DE LOS DEMÁS PORQUE ES SAGRADO.

Dale tiempo al universo y a las circunstancias para que te traigan lo que has pedido. Un día, cuando menos te lo esperes, experimentarás lo que habías imaginado.
Esta es la Ley.
¡QUE ASÍ SEA!

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

-
¿Qué es mi Conciencia? ¿Cómo puedo modificarla para modificarme a mí mismo y a mi vida?

Tu Conciencia es todo lo que eres y serás en el futuro. Tu Conciencia es la partitura de tu vida, el tejido de tu destino. Son las palabras y los sentimientos con los que has escrito y escribes continuamente la historia de tu vida.
Cada pensamiento, emoción o sentimiento dentro de ti está ahora mismo sentando las bases de tu futuro, de lo que te ocurrirá hoy o en tu futuro próximo.

Lo que quizás no sabías, antes de leer este libro, es que TÚ tienes en tus manos la capacidad de modificar tu Conciencia y la vida que viene con ella. Puedes hacer de tu vida lo que quieras que sea, después de modelar este 'software' o 'sistema operativo' de tu ordenador mental y emocional. Si cambias el "input", es decir, lo que pones en él (pensamientos, imágenes, emociones y creencias potenciadoras), tendrás como "output" lo que has sembrado en el guión de tu mente y Conciencia.
Si quieres convertirte en el actor y director consciente de tu vida, debes atesorar lo que ahora has aprendido y ponerte manos a la obra, trabajando constantemente en dar forma a lo que es el espejo de tu vida actual y futura: tu Conciencia. Puedes hacerlo dirigiendo constantemente el Poder de tu Foco mental y emocional hacia lo que quieres ser y lo que es tu vida. Tienes que vestirte con la ropa de tu yo potencial y de lo que quieres ser a partir de ahora. **Tienes que vivir dentro de las imágenes mentales de las experiencias futuras que quieres tener.**
Debes atesorar esta preciosa oportunidad que posees como ser humano consciente capaz de dirigir su capacidad vibratoria y emocional.
Tienes en tus manos la pluma del gran escritor, el instrumento del gran compositor, a ti te corresponde decidir qué obra escribir en el camino de tu vida.

-
¿Cuál es el secreto para llegar prácticamente a todo?

El Poder de la Persistencia Incondicional que he ilustrado para usted en este libro. El poder que tienen unos pocos de iniciar una empresa sin la certeza de que se llegará a alguna parte, pero sólo armados con la certeza de que, dando un paso en una dirección bien definida, y a pesar de todo, un día se llegará a manifestar ese sueño, esa meta fijada.
Es una cualidad poco común, sobre todo hoy en día, que la gente tenga una capacidad de atención y concentración limitada. La gente de hoy, por desgracia también la generación más joven, tiene una capacidad de atención de un puñado de segundos. La mantienen centrada en un vídeo de "gatitos", de cocina, de deportes o de motor. Ahora están delante del televisor escuchando la noticia de algo que le ha ocurrido a una persona que está a miles de kilómetros y a la que probablemente nunca conocerán. Sólo porque, como es opinión común, "es bueno saberlo"... lo cual es falso y costoso en cuanto al uso de la atención y el enfoque. Mantienen su atención en programas

basura en los que aplauden a coro a un candidato que ha respondido bien a una pregunta sobre cómo se llama esa canción de los años 60 del siglo pasado.
Inundados por la noche de dramas en streaming, sólo para relajarse después de un duro día de trabajo o de cualquier otra cosa, cuando en cambio podrían estar atesorando su tiempo y atención, estudiando libros y viendo tutoriales en vídeo que les inspiren para sacar lo mejor de sus vidas, o viendo vídeos que les enseñen algo en el arte de su oficio y profesión.

La Atención y el Enfoque, tan fragmentados y mal dirigidos, no permiten al individuo abrirse camino en alguna dirección específica, como aprender una *habilidad* que le haga mejorar en su carrera. Leer un libro que abra su mente a nuevas direcciones, aprender el uso de un nuevo software de inteligencia artificial que les permita aprovechar este Poder y utilizarlo de forma positiva y productiva.

Si TÚ realmente quieres marcar la diferencia en tu vida y salir de las filas de los esclavos actuales, autómatas en manos del Sistema que todo lo manda y dirige, debes aprender a ampliar tu capacidad de enfoque y ejercitarla TODOS LOS DÍAS, pensando y actuando TODOS LOS DÍAS, hacia el objetivo que te has marcado. Debes aprender a actuar y continuar tu camino aún en ausencia de resultados. Recuerda que la flor y la planta sólo emergen de la tierra cuando están listas, y es necesario un periodo de gestación antes de que cualquier proyecto pueda dar sus primeros signos y frutos. Debes actuar con constancia y conocimiento, nunca con obstinación**. Con el tiempo, debes estar dispuesto a variar el enfoque de tu objetivo, siempre que funcione. Pero debes prestarle atención y cuidado, de lo contrario NADA puede crecer y dar frutos.**

Si lo consigues, formarás parte del 2% de la gente que te rodea y podrás marcar una verdadera diferencia en tu propia vida y, posiblemente, en la vida de los que tienes cerca o más lejos.

- **No me siento digno de hacer "esto", de tener "aquello", de poder ir a "ese lugar".**

Tienes derecho a hacer lo que quieras, donde quieras y con quien quieras, pero siempre bajo la premisa de respetar la vida de los demás y saber que no perjudicas a nadie de ninguna manera.
Si no te sientes digno de hacer algo o de poseer algo en este momento, es porque hay, en este momento, una distancia entre tu conciencia de hacer "esa cosa" o de poseer esa cosa, y realmente hacerla y poseerla. **Para sentirte merecedor tienes que entrar en el estado mental de YA hacer esa cosa o ya poseer esa cosa.**
Necesariamente debes poseer la Conciencia de una cosa y "poseerla" ya en tu mente para luego poseerla en el mundo material. Todas las cosas en este mundo han sido hechas por aquellos que sabían que podían hacerlas y "poseer" esos objetos materiales, esas cualidades de carácter o habilidades individuales que aún no poseían.
La realidad que te rodea es un reflejo de lo que crees y esperas que sea. Para cambiarla y sentirte merecedor de una nueva versión del mundo y de ti mismo, tienes que experimentarla y ensayarla en tu mente como si ya te perteneciera y ya fuera tu

realidad. Esto requiere una gran capacidad de concentración mental y persistencia incondicional, como ya se ha explicado en este libro.
La gente espera innecesariamente hacer y poseer cosas antes de hacerlas y poseerlas en su mente. Este *vacío* crea el sentimiento negativo de "no ser digno" e, inevitablemente, les aleja de sus logros en la vida material.
Todo el mundo está hecho del tejido de sus propios sueños y de su Conciencia. Si quieres cambiar el tejido de tu vida, tienes que cambiar el tejido de tu mente y tu conciencia de ser, hacer y tener. Posees esta gran capacidad y te darás cuenta de ella cuando la pongas a trabajar en lo más profundo de tu mente. Sólo cuando hayas alimentado tu interior con pensamientos e imágenes potenciadores serás capaz de alcanzar, hacer, ser e ir donde quieras. Como es dentro es fuera, y ésta es una regla universal que sólo unos pocos conocen. Ahora tienes en tus manos la Llave de tu cambio interior y de tu transformación exterior: si la utilizas, te convertirás en una persona nueva que se siente "merecedora" de todo, y tu vida reflejará inevitablemente esta poderosa conciencia, dándote lo que buscas profundamente.

-
No estoy contento ni satisfecho con mi situación de vida actual, ¿cómo puedo cambiarla?

La respuesta ya está dentro de ti y se encuentra justo detrás de tu insatisfacción. Tu tarea es acogerla para encontrar una solución que refleje lo que realmente quieres y te haga feliz. Para encontrar la solución a un problema o cambiar una situación, tienes que pasar por dos etapas: la primera es acogerlo y, cuando lo hagas, tendrás claro en tu mente lo que no quieres y lo que no está en sintonía con lo que eres. La segunda etapa consiste en crear la imagen de lo que quieres como si ya lo tuvieras. La realidad se crea primero en la mente, consciente o inconscientemente, y la matriz de toda experiencia reside siempre en el principio creativo que surge en la mente del individuo. Para cambiar tu situación actual debes crear en tu mente una experiencia virtual de lo que realmente quieres ser, vivir o poseer. **El pensamiento es energía creativa**, es la firma energética y vibracional que inevitablemente, tarde o temprano, resonará con el patrón energético de la experiencia que quieres tener, y a partir de ahí creará entonces la experiencia real. La Mecánica Cuántica lo demuestra claramente: Tú eres el Observador que, al observar algo, lo crea y lo trae a la existencia.

¿Cuál es el mayor peligro para mi vida?

El mayor peligro para tu vida es llegar a su fin y darte cuenta de que no has vivido nada: que has vivido una vida que no te pertenece y que nunca quisiste vivir.
Cuando naciste te dieron un libro con varias páginas en blanco. Esas son las páginas de tu vida.
Si quieres dar sentido a tu vida y vivir con alegría y pasión, sobre todo sin arrepentimientos, debes escribir cada página de tus días tratando de convertirte en la mejor persona que puedas ser y llegar a ser, haciendo lo que te gusta y dando alegría y sentido a tu vida. El tiempo es el papel en el que escribes cada día y debes valorarlo,

porque un día sólo te quedará la última página por escribir y en ella encontrarás resumida toda la historia de tu vida.

Tu vida es un recurso precioso y debes valorarla en todas las cosas que hagas. Debes intentar por todos los medios posibles salir del nivel de supervivencia y distracción en el que probablemente te encuentras ahora. Tienes que construirte una independencia económica y salir de la mecanicidad en la que la mayoría de la gente se encuentra y vive. Tienes que tomar conciencia de tu singularidad y de tu derecho a vivir según tu visión y tus normas personales. Tienes que creértelo y trabajar en ello TODOS LOS DÍAS, porque la vida no se construye en fines de semana o "tiempo libre".

Hay que pararse a pensar; hay que salir de la rueda de distracciones frívolas e inútiles que el mundo pone ante tus ojos cada día y a cada momento, desde la mañana misma en que enciendes el móvil.

El mayor peligro para tu vida es la pérdida de dirección y sentido: vivir una vida que no te pertenece, compuesta de distracciones innecesarias y extravíos.

Si crees que has nacido para ser herrero, hazlo de todo corazón y no escuches a quienes te dicen que la mejor opción para ti es ser abogado o médico.
Si tienes ganas de viajar, viaja.
Si sientes que amas, ama.
Si sientes que estás haciendo algo diferente de la norma aceptada, simplemente hazlo, pero hazlo con todo tu ser, poniendo la pasión del artista, la energía del escalador y la perseverancia del descubridor.
Si quieres vivir con sentido, tienes que vivir de acuerdo con tu Visión personal y única de la Vida. Sólo entonces sabrás que realmente has vivido y escrito esa pequeña gran Obra Maestra que has convertido en las páginas de tu Vida.

Notas finales para el lector

Querido lector, escribí este libro para ti.
Al igual que tú, que tal vez no hayas encontrado tu Visión de Vida en este momento y aún no hayas encontrado el fuego y la chispa que te hacen levantarte por las mañanas con entusiasmo, yo tampoco la tuve una vez. Busqué y busqué durante años de vagar por la vida, tratando de dar sentido a mi existencia, y la encontré. Lo encontré en los libros, en la escritura y en el deseo de compartir lo que he aprendido con mi hipotético lector en algún lugar del mundo. Si me estás leyendo ahora, es porque he dado crédito y atención a mi visión interior, que es comunicar algo a alguien creyendo que puedo ayudarle de alguna manera, a través de mis palabras. Me he vestido de escritor creyendo que puedo hacerlo, desde la primera palabra de mi primer libro, escrito hace años. Tú también puedes hacerlo, en cualquier campo en el que sientas la inspiración y esa sutil voz en tu interior te diga y susurre: "tú puedes hacerlo...".
Me gusta creer que tú también, inspirado por estas palabras mías, puedes captar el

sentimiento con el que las escribí: una llamada a tu Despertar, a tu Renacimiento como individuo, a la creación de tu propia vida nueva, si eso es lo que buscas. Una llamada profunda y sincera a tu grandeza y realización personales, sean cuales sean. El éxito de un individuo no son las cosas que ha conquistado fuera de sí mismo, sino los tesoros que ha logrado encontrar recorriendo los territorios de su alma. Este es el verdadero éxito que deseo que encuentres, todo lo demás vendrá después.

Como dice el Evangelio:
"BUSCAD EL REINO DE LOS CIELOS [DENTRO DE VOSOTROS], Y LO DEMÁS SE OS DARÁ POR AÑADIDURA".
Mateo 6:33

Según mi interpretación, esto significa: "encuentra tu misión en la vida y trabaja en ella; el resto, en términos de bienestar material y personal, te vendrá por añadidura".
Querido lector, espero que con mis palabras haya logrado darte algo de mi Visión y te haya estimulado a buscar tu grandeza personal, tu Poder personal y lograr tu mejor vida.
Con mi corazón te saludo y que la Fuerza y el Poder Luminoso estén contigo, siempre.
David De Angelis

Contactos:

david@daviddeangelis.it

Instagram: @daviddeangelisofficial

Telegrama: daviddeangelisofficialtelegram